autorii uestsetleriilui internaţional

Află răspunsul!

ALLAN. PEASE

BĂRBAŢII AU NEVOIE DE SEX

IAR FEMEILE DE DRAGOSTE

ALLAN PEASE (n. 1952) este cunoscut la nivel internaţional ca „Mr. Body Language”. Cel mai renumit expert din lume în limbajul trupului a scris împreună cu soţia sa, BARBARA PEASE, cele mai bine vândute cărţi din domeniul relaţiilor interumane. Cei doi sunt autorii a 18 bestselleruri – dintre care, dea lungul timpului, zece au ocupat prima poziţie în diferite clasamente – şi au susţinut seminare în 70 de ţări. Titlurile lor sunt citite în peste 100 de ţări, traduse în 55 de limbi şi însumează până în prezent vânzări de 27 de milioane de exemplare. Au apariţii regulate în presa internaţională, iar activitatea lor a inspirat 11 seriale, patru piese de teatru, un film şi un serial cu un succes răsunător de box-office, cu peste 100 de milioane de privitori.

Pease International Ltd., compania pe care o deţin împreună, produce materiale video, cursuri şi seminare destinate mediului de afaceri şi guvernelor din întreaga lume. Afacerea Pease din industria muzicală produce albume pop, videoclipuri MTV şi asigură postproducţia pentru filme şi programe de televiziune.

Allan şi Barbara Pease locuiesc în Australia, au şase copii, opt nepoţi şi practică ju jitsu.

INTRODUCERE

Sue era furioasă. Ce-i drept, ceruse un băieţel mai tuciuriu, cu un nas proeminent şi cu o alură de star de cinema, dar ăsta era din cale-afară de ridicol.

În ziua de azi avem de-a face cu situaţii şi circumstanţe sexuale pe care strămoşii noştri nu le-au întâlnit vreodată. Ne putem influenţa fertilitatea folosind tratamente hormonale, inseminare artificială sau *in vitro;* putem întâlni noi parteneri prin intermediul agenţiilor matrimoniale sau pe internet; ne putem îmbunătăţi aspectul fizic prin folosirea unor produse cosmetice sau datorită chirurgiei estetice şi putem concepe o fiinţă nouă în eprubetă. Nicio altă specie nu poate face asemenea lucruri.

Noi, oamenii, suntem experţi în studierea ritualurilor de împerechere ale altor specii. Le putem prevedea acţiunile, putem chiar să le schimbăm sau să le modificăm înfăţişarea prin intervenţii genetice. Când vine însă vorba de a ne găsi un partener, prea puţini dintre noi au cu adevărat succes, fără a

mai pune la socoteală faptul că nu avem o înţelegere limpede a procesului prin care facem această alegere. Majoritatea speciilor de animale par să aibă probleme foarte mici în găsirea unui partener potrivit pentru împerechere. În cazul lor, situaţia e simplă: femela intră în călduri, masculul se împerechează cu ea şi gata.

Omul este singurul specimen confuz când vine vorba de jocul împerecherii.

Relaţiile cu partenerii – sau lipsa unei relaţii stabile – constituie un izvor nesecat de inspiraţie pentru felurite discuţii şi reprezintă unul dintre cele mai importante subiecte atinse în timpul convorbirilor dintre femei. Puţine lucruri ne pot provoca în acelaşi timp bucurie şi bună dispoziţie, dar şi durere şi suferinţă. Iubirea a fost dintotdeauna unul dintre cele mai importante subiecte în muzică, telenovele, cărţi de dragoste, literatură în general, filme şi poezie. Oamenii, indiferent de cultură, trăiesc pe pielea lor acest sentiment şi în fiecare cultură există cuvinte care să-l descrie.

Aşadar, ce este dragostea? E o întrebare care dăinuie de mii de ani. Cercetători din diferite domenii au încercat să descopere adevărata natură a dragostei şi să îi convingă pe ceilalţi de corectitudinea concluziilor lor, dar niciunul dintre răspunsurile propuse nu a fost îndeajuns de satisfăcător. Din pricina caracterului său evaziv, dragostea necesită în permanenţă noi definiţii şi interpretări.

De ce facem totuşi sex? Ce anume îi îndeamnă mereu pe bărbaţi să caute sexul? Ce le determină pe femei să caute întotdeauna angajamentul partenerilor? Vom răspunde la multe dintre aceste întrebări în paginile cărţii de faţă. Vă vom arăta cum au început dragostea, sexul, idilele şi vă vom dezvălui ştiinţa care explică locul pe care îl ocupă dragostea în creierul omului şi, cel mai important, ce e de făcut cu toate acestea. Ne-am folosit de studii ştiinţifice, analize, studii de caz şi de mult umor pentru a face informaţiile prezentate mai lesne de reţinut.

În căutarea „alesului”

Cei mai mulţi dintre noi au crescut fiind convinşi că într-o bună îşi vor găsi „alesul” – acea persoană specială alături de care suntem sortiţi să ne petrecem veşnicia. Cu toate acestea, pentru majoritatea oamenilor viaţa reală nu reuşeşte să se ridice la nivelul acestor aşteptări. Majoritatea tinerilor căsătoriţi sunt convinşi că vor rămâne împreună „până când moartea îi va despărţi”, dar rata divorţurilor în numeroase ţări a ajuns să depăşească 50%, iar procentul aventurilor extraconjugale este estimat undeva la 30-60%, mai scăzut în cazul femeilor şi mai ridicat în cel al bărbaţilor.

Rata divorţurilor în cazul persoanelor care au trăit împreună şi apoi s-au căsătorit variază între 25%, în Canada şi Spania şi peste 50%, în Suedia, Norvegia şi Franţa.

Eşecul într-o relaţie este adeseori văzut drept un eşec personal de majoritatea dintre noi şi trimite milioane de oameni către terapie şi consiliere. Cu toate acestea,în cazul majorităţii speciilor (incluzând aici şi oamenii) conflictele în cadrul relaţiei reprezintă un lucru firesc.

Sexul este precum aerul: nu-i dai prea mare importanţă până ce nu mai ai parte de el.

În anii '80, opinia generală era că mare parte din comportamentul uman este deprins şi poate fi modificat, dar astăzi ştim că, în realitate, acesta este puternic înrădăcinat în noi. De fapt, încă de la sfârşitul secolului XX, cercetătorii care au studiat comportamentul uman au scos la iveală o sumedenie de dovezi şi argumente ştiinţifice menite să demonstreze faptul că în creierul uman există anumite conexiuni foarte precise care ne influenţează acţiunile. De asemenea, ştim că diferiţi factori culturali şi nenumărate persoane, de la profesorii, prietenii şi părinţii noştri, până la angajatori, ne influenţează modul de a gândi şi de a acţiona. Prin urmare, natura şi educaţia sunt

strâns legate între ele. Imaginaţi-vă că, asemenea unui computer, creierul vostru are un sistem de operare. Cu el ne naştem şi are anumite stări de „refugiu” în care intră ori de câte ori simte un factor de stres – aceasta este partea moştenită din noi. Partea care ţine de educaţie se leagă de mediu, iar mediul reprezintă software-ul care rulează pe hardware.

Natura — hardware-ul creierului nostru.
Educaţia — mediul în care trăim.
>

Asta nu înseamnă că ne aflăm cu toţii la mila genelor şi a ADN-ului. În creierul uman s-au dezvoltat lobii frontali care ne îngăduie să alegem între diferite acţiuni, dar este important să înţelegem că venim cu o moştenire din trecutul nostru străvechi. Dezvoltarea cortexului cerebral – acea parte din creier care pune cap la cap informaţiile care vin de la organele de simţ, care este sediul memoriei şi în care se produc procesele raţiunii – ne-a permis să gândim, să facem alegeri şi să ne ridicăm deasupra moştenirii genetice. Când vine vorba însă despre sex, dragoste şi idile, conexiunile noastre străvechi ne silesc să avem aceleaşi preferinţe şi să facem aceleaşi alegeri pe care le-au făcut şi strămoşii noştri. Şi, după cum veţi vedea, nu e cale de scăpare. Creierul vostru are un sistem de operare cu anumite setări „din fabrică”. În cazul în care computerul vostru clachează sau programele îi sunt date peste cap, el va funcţiona pornind tocmai de la acele setări iniţiale – şi acelaşi lucru se petrece şi cu creierul. Mediul artificial pe care l-am făurit, aşa-numita „egalitate” prin care cerem şi ne aşteptăm din partea celuilalt la aceleaşi lucruri, nu este altceva decât o formă de software corectă politic.

Bărbaţi şi femei fiind, încă ne dorim lucruri diferite de la sex şi de la dragoste – nici mai bune, nici mai rele, doar *diferite* – şi acestea sunt de cele mai multe ori guvernate de hardware-ul fiecăruia. Deşi putem face anumite alegeri în mod conştient privind lucrurile pe care credem că le dorim, de fapt, conexiunile noastre interne ne vor ghida tot spre acţiuni prestabilite.

În această carte vă vom arăta că, în realitate, femeile sunt tot la fel de mult interesate de sex pe cât sunt şi bărbaţii – sau de „a face dragoste”, cum preferă să spună majoritatea femeilor – şi vă vom explica în ce fel impulsurile sexuale ale bărbaţilor şi ale femeilor sunt determinate de circumstanţe, condiţii şi priorităţi diferite. Vom analiza cu atenţie ceea ce îşi doresc şi ceea ce caută cu adevărat bărbaţii şi femeile de la aventurile şi partidele trecătoare de sex şi vom dezvălui multe secrete despre sex şi dragoste pe care majoritatea oamenilor nu le cunosc. De asemenea, vă vom învăţa anumite strategii pentru a vă creşte cota de piaţă la bursa acestui joc al găsirii unui partener.

Ce înseamnă „a face dragoste”?
Este acel lucru pe care-lface femeia atunci când bărbatul se culcă cu ea.

Cum de-au ajuns occidentalii să fie atât de debusolaţi când vine vorba despre sex

O mare parte din încurcăturile pe care le au astăzi occidentalii când vine vorba despre sex se datorează reginei Victoria a Marii Britanii şi soţului ei, Albert. Domnia reginei Victoria, între 1837 şi 1901, a fost dominată de respectarea cu stricteţe a valorilor morale, de o reprimare a sexualităţii şi de o foarte scăzută toleranţă faţă de fărădelegi. Existenţa homosexualităţii în rândul femeilor era negată complet, în vreme ce homosexualitatea în rândul bărbaţilor era ilegală. Mulţumită Imperiului Britanic, valorile impuse de regina Victoria s-au răspândit pe întregul glob.

La apogeul epocii victoriene, era un lucru obişnuit să ascunzi picioarele diferitelor obiecte de mobilier, precum o masă sau un pian, pentru a nu stimula poftele trupeşti. Costumele de baie din acele timpuri acopereau, atât la femei, cât şi la bărbaţi, aproape întreaga suprafaţă a trupului. Victoria a decretat până şi faptul că, într-o societate educată, ar trebui să vorbim de „pieptul” unei găini şi nu altfel şi a interzis orice reclame care lăsau să se vadă fie şi un crâmpei de lenjerie feminină. Pe atunci, la fel ca şi acum, cei mai mulţi dintre oameni considerau sinonime

nuditatea şi stimularea sexuală.

Pudicitatea excesivă din epoca victoriană impunea anumite reguli stricte. De pildă, într-un grup format atât din bărbaţi, cât şi din femei, era de preferat să foloseşti sintagma „membru inferior” în locul cuvântului „picior”.

Femeile din timpul reginei Victoria erau învăţate să nu dea niciodată curs avansurilor sexuale, să nu se lase pradă fanteziilor şi să trăiască o viaţă de liniştit devotament faţă de soţ, familie şi patrie. În parte, succesul social al unui bărbat se datora pasivităţii soţiei sale şi se pornea de la premisa că nicio femeie nu avea dorinţe sexuale proprii. Înţelepciunea populară a acelor vremuri susţinea chiar că femeilor nu le plăcea câtuşi de puţin sexul şi că „cedau” doar din pricina puternicelor dorinţe sexuale ale bărbaţilor. În cărţile care circulau la acea vreme, se sugera ideea că un bărbat cumsecade şi decent nu ar trebui să se aştepte de la nevasta lui la raporturi mai frecvente de o dată la şase luni şi că ar trebui să facă felurite alte lucruri pentru a-şi înfrâna atât de frecventele porniri sexuale. Pe scurt, învăţămintele populare din acele timpuri le sfătuiau pe femei să se întindă pe spate, să închidă ochii şi să „se gândească la Anglia”.

Cum îşi dă seama un englez că soţia sa a murit? Sexul e cam la fel, numai că farfuriile nespălate se adună în chiuvetă!

Foarte probabil, bunicii sau străbunicii voştri s-au născut în această epocă şi o parte din aceste atitudini victoriene au ajuns la voi prin intermediul părinţilor, fie că realizaţi acest lucru, fie că nu. Dacă vă simţiţi stânjeniţi când este adus în discuţie sexul sau vă jenaţi când auziţi glume mai deocheate şi încercaţi să schimbaţi subiectul, cel mai probabil, puteţi pune aceste reacţii pe seama influenţei concepţiilor din epoca victoriană. Din acest motiv, în ţările în care se vorbeşte engleza şi mai cu seamă în Marea Britanie, există atât de multe încurcături şi stânjeneli faţă de celelalte ţări europene care *nu au fost* influenţate de morala victoriană. Dacă nu aveţi nicio legătură culturală cu epoca victoriană, şi totuşi, vă simţiţi ciudat când vine vorba

despre sex şi sexualitate, probabil că veţi putea depista sursa acestor atitudini în religie sau în conducerea autoritară a anumitor lideri care şi-au silit supuşii să adere la încâlcita lor conduită morală.

Statisticile

În prezent, există 50% şanse ca o căsnicie să nu dureze şi în 85% dintre aceste situaţii femeia va fi pricina despărţirii. Se estimează că, în fiecare zi, numai în Marea Britanie, în medie trei bărbaţi care sunt nevoiţi să plătească pensii alimentare considerabile se sinucid. Sistemul funcţionează pornind de la principiul că cu cât câştigi mai mult, cu atât plăteşti mai mult. Bărbaţii aflaţi în astfel de situaţii simt că este imposibil să treacă mai departe şi să-şi refacă viaţa. Dacă eşti implicat într-o relaţie şi ai copii, viaţa poate fi minunată, dar când o relaţie se sfârşeşte prost, te poţi îmbolnăvi sau, mai rău, poţi ajunge în pragul sinuciderii. De aceea, este foarte important să înţelegem pe ce criterii alege creierul partenerii.

În Europa, în prezent, fiecărei căsătorii îi corespunde un divorţ. Aceasta se traduce prin faptul că tot mai puţini oameni se căsătoresc, iar mariajele din trecut se sfârşesc. Aproximativ 30% dintre căsătoriile ulterioare unui prim mariaj se sfârşesc, de asemenea, cu divorţuri.

Această carte se bazează pe cercetări recente şi nu porneşte de la folclor, mituri, legende, de la adevăruri citite în stele, idei romanţate sau idealuri corecte politic. Cea mai mare parte dintre lucrurile pe care le vom aduce în discuţie se bazează pe probe concrete. Am pornit de la o largă arie de cercetări, de la studii empirice şi experimente ştiinţifice, până la anchete şi chestionare legate de relaţii, unele iniţiate chiar de noi, şi de la numeroase date strânse de-a lungul timpului, care lămuresc de ce ne comportăm în felul în care o facem şi de ce gândim aşa cum gândim. Nu am avut în vedere nicio concluzie la care s-ar fi putut ajunge în lipsa unor dovezi palpabile. Cele mai multe date şi cercetări la care ne vom referi se regăsesc la finalul cărţii.

În cei şase ani cât a durat scrierea acestei cărţi şi adunarea

materialului necesar, noi, autorii (amândoi de vârstă mijlocie), am avut doi copii concepuţi prin fertilizare *in vitro,* am avut de înfruntat toate neplăcerile cauzate de cancerul de prostată, am întâlnit numeroase obstacole care ar fi putut pune capăt vieţii amoroase a unui cuplu, astfel că în paginile care urmează nu ne vom referi numai la cercetări, ci şi la propriile experienţe, observaţii şi strategii, precum şi la cele ale altor oameni pe care i-am întâlnit pe parcursul călătoriei noastre.

Bucuraţi-vă şi savuraţi această carte!

Allan şi Barbara Pease

CAPITOLUL 1
Sexul şi creierul
>

La carte zice aşa: „Apoi se introduce dispozitivul A în fanta B.”

Pasiune, dragoste cu năbădăi, idilă, „călduri”, obsesii amoroase, fluturaşi prin stomac – toate aceste cuvinte sunt folosite pentru a descrie extazul, incitarea, relaxarea, exaltarea, sentimente pe care orice om le încearcă la un moment dat în viaţă. Împreună cu acestea vin şi alte trăiri, precum angoasa, neatenţia, durerea, agonia, neliniştea, mâhnirea. De mii de ani, experţii au încercat, cu puţin succes, să găsească o definiţie pentru dragostea trupească, dar de regulă au ajuns la concluzia că aceasta ar fi cumva controlată de forţe din exteriorul nostru, de nişte puteri mistice, supranaturale sau spirituale. Cu toate acestea, nu avem nicio problemă în a defini precis alte emoţii umane ca depresia, anxietatea, obsesiile sau teama.

Începând cu anii '70, oamenii au început să resimtă un dor

profund spiritual de dragoste. Acest sentiment a fost provocat de ruptura de structurile sociale care ne îngăduiau să avem legături extrem de intime cu prietenii, familia, iubiţii şi care constituiau de mii de ani o normă. Am evoluat ca o specie pentru care există grija faţă de cei tineri şi în care se manifestă puternice legături de interdependenţă, de dragoste şi de protecţie reciprocă, toate acestea ducând spre o organizare în celule sociale şi familiale. Cei mai în vârstă au grijă de cei tineri, în vreme ce adulţii pleacă să producă sau să strângă hrană. Seara, vârstnicii le istoriseau celor mai mici felurite poveşti şi le vorbeau despre viaţă şi despre moştenirea lor. Acest model de structură familială mai există acum numai în culturi primitive, în diferite părţi ale Orientului Mijlociu, Asia, în zona Mediteranei sau în culturile statelor din Lumea a Treia. Şi cum tot mai mulţi oameni sunt singuri sau aleg să trăiască pe cont propriu, această prăpastie culturală se adânceşte tot mai mult. De milioane de ani, poate şi mai mult de atât, societăţile au fost astfel organizate încât să-i aducă la un loc pe bărbaţi şi femei; societăţile contemporane însă îi îndepărtează unii de alţii. Erodarea structurii de bază a familiei a dus la o degradare a valorilor, a făcut posibil ca numeroşi copii să crească fără tată şi a produs un haos emoţional.

Aceleaşi obiective, agende diferite

Când vine vorba despre dragoste şi sex, bărbaţii şi femeile au agende diferite, aceste deosebiri fiind adânc înrădăcinate în vremuri străvechi.

Victime ale iubirii care au apucat-o pe căi greşite au ajuns să umple clinicile pentru depresivi şi sinucigaşi de pretutindeni.

Foarte simplu spus, bărbaţii din ziua de azi sunt stimulaţi de imaginile vizuale şi de semnele care indică faptul că o femeie este sănătoasă, fertilă şi tânără, în vreme ce femeile sunt stimulate de indicatorii care scot în evidenţă puterea, statutul social, devotamentul şi resursele materiale ale unui bărbat – întocmai precum strămoşii noştri. De fapt, când vine vorba de

imbolduri sexuale, mai nimic nu s-a schimbat cu adevărat de sute de mii de ani încoace. Această concluzie se poate dovedi una extrem de nepopulară într-o lume dominată de corectitudinea politică în care a devenit un refren la modă să spui că bărbaţii şi femeile doresc aceleaşi lucruri de la viaţă, au aceleaşi motivaţii, preferinţe şi imbolduri, dar, pe măsură ce veţi citi mai departe, veţi vedea că acest lucru pur şi simplu nu este adevărat. De fapt, în adâncul sufletului *ştiţi* că lucrurile nu stau astfel. Acest mit este în continuare susţinut de indivizi care caută puterea, precum birocraţii, liderii religioşi, grupurile feministe şi de alte persoane care au motivaţii politice. O fi corect să spunem că bărbaţii şi femeile gândesc la fel şi tânjesc după aceleaşi lucruri, dar dacă aţi avut de-a face atât cu bărbaţi, cât şi cu femei, dacă aţi lucrat împreună. cu ei sau v-au fost subalterni, cu siguranţă ştiţi că lucrurile nu stau astfel.

Puterea dragostei

David Buss, profesor de psihologie la Universitatea din Austin, Texas, este recunoscut la nivel internaţional pentru cercetările lui revoluţionare cu privire la diferenţele între sexe când vine vorba de alegerea unui partener. Alături de echipa lui, profesorul a căutat dovezi privind dragostea pasională în 147 de culturi. Au descoperit dovezi palpabile despre existenţa dragostei în picturi rupestre, manuscrise, poeme, cântece şi cărţi. Când se gândesc la dragoste, cei mai mulţi dintre oameni au tendinţa de a vedea numai părţile pozitive ale sentimentului – se imaginează privind îndelung în ochii persoanei iubite, ţinându-se de mână, cântând melodii de dragoste, făcând dragoste, trăind toate acele sentimente plăcute şi călduroase, fiind convinşi de poveşti de genul „şi au trăit fericiţi până la adânci bătrâneţi” – dar dragostea are, de asemenea, şi o parte întunecată. Atât Buss, cât şi alţi cercetători au descoperit probe de-a lungul întregii istorii a umanităţii care atestă existenţa unor poţiuni de dragoste, farmece şi vrăji de iubire, sinucideri şi crime motivate de împlinirea sau neîmplinirea în dragoste. Prin urmare, soţi, ibovnici, rivali, îndrăgostiţi urgisiţi de soartă mor

la tot pasul. În aproape orice cultură există un echivalent pentru povestea cu Romeo şi Julieta. Nevoia dramatică de dragoste ne umple adeseori de euforie, disperare, teamă, dorinţă de răzbunare, uneori toate în acelaşi timp.

Dragostea are de-a face cu reacţiile chimice din interiorul creierului.

Şi deoarece dragostea pasională este un sentiment universal, prezent în orice cultură de pe faţa pământului, cu siguranţă ar trebui să existe un fundament biologic. Cu alte cuvinte, nu poate fi vorba de o simplă tradiţie culturală, precum religia sau venerarea anumitor idoli; dragostea este un lucru foarte puternic, bine înrădăcinat în fiecare dintre noi.

Biologia dragostei

Oamenii de ştiinţă care au făcut cercetări pentru a vedea cum funcţionează creierul uman al cuiva care este îndrăgostit au ajuns la concluzia că în creier există trei sisteme diferite care operează atunci când vine vorba de găsirea unui partener şi de reproducere – dorinţa, dragostea pasională şi ataşamentul pe termen lung. Fiecăruia dintre aceste sisteme i se asociază o activitate hormonală diferită care provoacă anumite trăiri şi schimbări comportamentale în sufletul îndrăgostiţilor. Dacă ne referim la dragostea din perspectiva acestor trei sisteme distincte, ne va fi mai uşor să pricepem în ce etapă se află cineva şi de ce acţionează în felul în care o face.

Scopul acestui capitol este de a vă face să înţelegeţi funcţiile de bază ale creierului care guvernează dorinţa, dragostea pasională şi ataşamentul pe termen lung. Am încercat, pe cât posibil, să dăm explicaţii cât mai simple şi cât mai succinte. Când ne vom referi la anumite zone ale creierului este important să înţelegem faptul că acestea fac de obicei parte dintr-o reţea cerebrală complexă şi îi mulţumim pe această cale profesorului Graeme Jackson de la Institutul pentru Studii ale Creierului din Melbourne, care ne-a ajutat cu sugestii folositoare despre acest subiect. Am simplificat aici lucrurile pentru a le face mai

accesibile pentru cititorii noştri; în acelaşi timp, suntem conştienţi de pericolul de a nu simplifica mult prea mult aceste idei şi concepte. Cunoaşterea rezultatelor acestor cercetări este de o importanţă capitală, deoarece vom face referire la acestea pe tot parcursul cărţii. Folosim o terminologie medicală pentru cei direct interesaţi, dar veţi avea nevoie să înţelegeţi semnificaţia acelor termeni numai în relaţie cu viaţa voastră afectivă. Ne vom referi la principii care sunt valabile în majoritatea timpului, pentru cei mai mulţi oameni, nu la felul în care se comportă minorităţile sau cei care fac excepţie de la regulă.

Dragostea a fost înfăţişată ca fiind rezultatul interacţiunii dintre o anumită categorie de substanţe şi circuite neuronale care funcţionează în anumite arii ale creierului. În termeni simpli ştiinţifici, dragostea este determinată de o combinaţie de substanţe în creier, printre care se numără dopamina, oxitocina, testosteronul, estrogenul sau norepinefrina; într-un fel extrem de asemănător, toate aceste substanţe determină alte mamifere să găsească parteneri potriviţi. După ce creierul a identificat un partener potrivit, pe baza anumitor criterii pe care le vom discuta ulterior, creierul se străduieşte din plin să producă substanţele necesare făuririi unui mediu propice pentru atragerea persoanei respective.

De-a lungul istoriei umanităţii, căsătoriile erau un eveniment aranjat care avea în vedere averea, statutul social, rivalităţile familiale, grupurile tribale sau interesele politice. În prezent, această abordare a dispărut în general din lumea occidentală, iar acum majoritatea oamenilor se căsătoresc din dragoste.

Când vine vorba de alegerea unui partener, oamenii îşi concentrează atenţia asupra unei singure persoane. Acest lucru îi deosebeşte de majoritatea celorlalte animale. De pildă, un mascul porumbel care caută să se împerecheze va da din aripi şi se va înfoia încercând să se apropie de cât mai multe partenere potenţiale, cât timp mai are energie. În schimb, oamenii au de obicei o listă scurtă de candidaţi, dar de obicei îşi concentrează atenţia cu precădere asupra unei singure persoane.

Dragoste la prima vedere

Fenomenul „dragostei la prima vedere” a fost dovedit ştiinţific şi afectează majoritatea speciilor animale într-o manieră asemănătoare.

Ray se afla la cumpărături într-un supermarket când, la un moment dat, printre pachetele de fulgi de porumb, şi-a aruncat ochii înspre raionul de confecţii. S-a simţit copleşit de ceea ce vedea înaintea ochilor, trăind un sentiment euforic foarte intens, ca şi cum ar fi consumat cine ştie ce substanţe. Acolo se afla o femeie care pur şi simplu i-a răpit inima. Nu era frumoasă în sensul obişnuit al cuvântului, dar era la ea ceva aparte, mai cu seamă în felul în care se mişca. Singurul lucru de care mai era conştient Ray era că se simţea atras de-a dreptul magnetic de acea femeie. Se simţea incitat numai privind la ea şi fluturaşii începeau să-i zburde prin stomac.

În timp ce experimenta starea euforică provocată de descoperirea acelei femei, simţea în acelaşi timp disperarea provocată de gândul că nu o va mai avea niciodată.

Dacă aţi trăit vreodată sentimentul de „dragoste la prima vedere”, creierul vostru producea cantităţi uriaşe de substanţe precum dopamina sau norepinefrina, care te fac să te simţi ca şi cum ai fi luat droguri. Aceleaşi lucruri se petrec şi cu alte animale. Să ne gândim, de exemplu, la femela şoarece de câmp, asemănătoare şobolanului de deşert. Dacă expunem femela respectivă unui miros fie şi foarte slab de urină a unui mascul, aceasta va experimenta întocmai aceleaşi reacţii chimice ca şi oamenii: o avalanşă de dopamină şi norepinefrină. Un studiu a demonstrat că atunci când unei oi în călduri i se arată imaginea unui berbec, nivelul de norepinefrină din creierul acesteia creşte spectaculos. În vreme ce acest efect durează câteva secunde sau minute în cazul majorităţii animalelor, la oameni poate ţine luni sau chiar ani întregi.

Oamenii de ştiinţă sunt acum de acord că dragostea la prima vedere este un fenomen cât se poate de real. Oamenii de ştiinţă care se ocupă de acest domeniu de cercetare sunt, de asemenea, de părere că, într-o societate stabilă, în care populaţia nu simte ameninţarea războiului sau a morţii iminente, dorinţa, dragostea pasională şi ataşamentul pe termen lung pot fi calea cea mai bună şi cea mai eficientă de a asigura supravieţuirea speciei.

Darwin m-a împins s-o fac

Dorinţa este stimulată de afluxurile de hormoni sexuali, precum testosteronul sau estrogenul. Aceşti hormoni provoacă o nevoie urgentă de satisfacere a dorinţelor trupeşti. Când experimentăm dorinţa, două părţi foarte importante din creier devin active – hipotalamusul, care controlează nevoile noastre primordiale ca setea şi foamea, precum şi amigdala, care reprezintă centrul stimulării sexuale. Dorinţa determină o secreţie mare de dopamină care antrenează producerea de testosteron, acesta făcând să apară atracţia sexuală. Acest lucru se petrece atunci când vezi pe cineva şi simţi nevoia urgentă şi copleşitoare de a „avea" persoana respectivă.

Un studiu desfăşurat în 2006, la Universitatea din Chicago a arătat că până şi în timpul unei pălăvrăgeli banale cu o străină, nivelul testosteronului creşte la bărbaţi cu 30%; cu cât reacţia hormonală este mai puternică, cu atât mai însemnate sunt schimbările în comportamentul bărbatului. Studiul a demonstrat, de asemenea, şi că nivelul testosteronului la bărbaţii căsătoriţi sau la cei care au copii este în mod semnificativ mai scăzut decât la bărbaţii singuri care „încă mai testează terenul", deoarece taţii au intrat într-un rol protector, parental şi au un nivel mai crescut al oxitocinei decât cei singuri, care încă mai caută ocazia de a-şi da mai departe bagajul genetic.

În mod evident, dorinţa a evoluat astfel încât să conducă la procreere şi să asigure supravieţuirea speciei umane şi a fost în mod cert extrem de necesară în condiţiile extrem de vitrege din trecut în care sigur nu mai era timp pentru manifestări romantice. De asemenea, femeile nu pot naşte decât un copil pe an, ceea ce înseamnă că, fără dorinţă, specia umană ar fi putut ajunge pe cale de dispariţie – din pricina faptului că ne reproducem foarte încet, Mama Natură ne-a înzestrat cu un puternic entuziasm când vine vorba de procreere. Astfel se explică de ce oameni aflaţi în împrejurări periculoase sau ameninţătoare, cum e cazul vremurilor de război, pot simţi

dintr-odată că tânjesc unul după altul, deşi nu se cunosc. Atunci când viaţa îi este pusă în pericol, omul simte nevoia presantă de a-şi transmite mai departe genele.

Pe scurt, dorinţa, dragostea la prima vedere şi aspectele obsesive, orientate către un scop bine definit ale dragostei timpurii sunt comportamente care s-au dezvoltat pentru a grăbi împerecherea şi a creşte şansele reproducerii cu succes la specia umană.

Aproape unii de alţii

Testosteronul este principalul hormon responsabil pentru impulsurile sexuale, iar bărbaţii au un nivel de 10-20 de ori mai crescut al acestuia decât femeile. De aceea impulsul sexual la bărbaţi este mai puternic şi atât de presant. Testosteronul îi face pe bărbaţi mai păroşi, mai puternici, mai mari, mai violenţi şi mai excitaţi decât femeile. Dar bărbaţii au un nivel *mult mai mic* de oxitocină decât femeile. Oxitocina, cunoscută şi sub numele de „hormonul dezmierdării" este secretată în cantităţi mari, atât la femei, cât şi la bărbaţi în timpul orgasmului. Pentru un bărbat, la fel de rapidă ca declanşarea unei erecţii este şi disiparea oxitocinei, acesta fiind motivul pentru care dezmierdările ulterioare partidei de sex sunt atât de importante pentru femei şi îi interesează destul de puţin pe bărbaţi.

Un studiu din 2006, coordonat de dr. Rebecca Turner, profesor în cadrul Catedrei de psihologie organizaţională de la Alliant International University din San Francisco, a scos la iveală faptul că acest hormon este liantul apropierii emoţionale dintre oameni. Atunci când oamenii se apropie unul de altul – sau, după cum se spune, „se îndrăgostesc" – nivelul oxitocinei este foarte ridicat. Acesta este hormonul care ne dă un sentiment plăcut, cald cu privire la persoana care face obiectul dorinţei noastre. Nivelul mai ridicat de oxitocină decât al bărbaţilor este motivul pentru care femeile se îndrăgostesc mai profund decât bărbaţii la începutul unei noi relaţii. Cu cât va fi mai mare nivelul oxitocinei, cu atât va fi mai profundă legătura cu partenerul. Doar la auzul numelui iubitului, simţind un parfum

pe care îl asociază cu persoana lui, visând la el sau auzind o melodie care are legătură cu el, nivelul oxitocinei la o femeie creşte. Accesoriile scumpe, machiajul impecabil, bijuteriile nenumărate sau noua maşină sport nu pot ascunde condiţia emoţională a femeii. Dacă se simte iubită şi adorată, hormonii ei îi vor îmbujora obrajii, făcând-o să

„strălucească”, să radieze o căldură deosebită. De asemenea, se poate vedea cu uşurinţă dacă femeia se simte ignorată şi lipsită de dragostea partenerului.

Care este diferenţa dintre bărbaţi şi femei? O femeie doreşte un singur bărbat care să-i satisfacă orice dorinţă, cât de mică. Un bărbat vrea ca orice femeie să-i satisfacă o singură dorinţă.

Studiile coordonate de David Buss au demonstrat că atunci când un cuplu trece prin faza „îndrăgostirii”, nivelul testosteronului la bărbat scade, iar concomitent se înregistrează o creştere a oxitocinei, fapt care accelerează apropierea între parteneri. Aceasta îi face pe bărbaţi mai drăguţi, mai amabili, mai relaxaţi. În acelaşi timp, nivelul testosteronului la femei creşte odată cu incitarea şi senzaţia de încredere pe care o încearcă la începutul unei noi relaţii. Nivelul crescut al testosteronului sporeşte apetitul sexual al femeilor, astfel încât cuplul ajunge să trăiască iluzia că la bărbaţi şi la femei stimulii sexuali sunt similari. Odată încheiată această etapă „aprinsă”, cam după trei până la nouă luni, imboldurile sexuale ale partenerilor revin la normal, astfel încât bărbatul ajunge să creadă că ea s-a cam săturat de sex, iar femeia ajunge să aibă impresia că el este un obsedat sexual. Numeroase relaţii se sfârşesc aici.

De ce sunt amanţii atât de înnebuniţi unul după altul

Josephine, o mamă singură, în vârstă de 33 de ani, şi-a dedicat întreaga viaţă creşterii copiilor pe cont propriu. După şase luni la noul loc de muncă, femeia a luat parte la petrecerea de Crăciun anuală a companiei, care a avut loc pe un vas de croazieră în portul Sydney. Când ea a ajuns pe ponton arăta superb, atrăgând numeroase complimente şi priviri admiratoare din partea colegilor. Toate acestea i-au sporit

încrederea şi au făcut-o să se simtă frumoasă. În timp ce vasul plutea lin peste apele luminate de razele lunii, Josephine a făcut cunoştinţă cu Rick, un director nou şi foarte chipeş care răspundea de reprezentanţa din Melbourne a companiei. Când şi-au dat mâna, inima ei a început să o ia la galop. Bărbatul era frumos, înalt şi oacheş, o făcea să râdă şi părea să fie tot la fel de atras de ea pe cât era şi ea de el. După o noapte ca-n poveşti cu dans şi mâncăruri alese, cei doi au continuat să vorbească până în zori, iar apoi şi- au petrecut împreună şi ziua şi seara următoare. Pentru Josephine era ca şi cum o vrajă ar fi fost aruncată asupra ei.

A fost minunată întoarcerea acasă la copiii ei, dar mintea îi era plină de gânduri, visând la Rick şi la timpul petrecut împreună. Se întreba dacă lui îi lipsea la fel de mult cât îi lipsea şi el ei. În zilele următoare a început să slăbească şi simţea că nu mai poate mânca nimic — nu făcea altceva decât să se gândească la el şi la acele frumoase amintiri. A început să-l sune din oră în oră numai pentru a-i spune că se gândeşte la el, iar dimineaţa devreme îi trimitea mesaje. A început să-i cumpere cadouri pentru a-i arăta cât de mult ţine la el. Copiii ei au început să se simtă neglijaţi, iar comportamentul lor a început să se înrăutăţească, dar femeii nu părea să-i pese. Dimpotrivă, chiar a anulat programarea la dentist a fiului ei, cu banii respectivi cumpărând un bilet de avion pentru Melbourne pentru a-l întâlni pe Rick. Se gândea: Oare nar fi timpul să îmi pese şi de nevoile mele şi să am o viaţă personală?

Adeseori schimbările de comportament care se petrec în timpul în care cineva este cuprins de o dragoste pasională seamănă cu o psihoză şi, din punct de vedere biochimic, acest soi de dragoste imită foarte bine abuzul de substanţe narcotice. Dr. John Marsden, conducătorul Centrului Naţional Britanic pentru Dependenţă, a descoperit faptul că dragostea dă dependenţă într-un mod asemănător cu cocaina sau alte substanţe cu efect halucinogen. Marsden a ajuns la concluzia că dragostea pasională se aseamănă cu o „groapă-capcană” menită să-i ţină aproape pe parteneri îndeajuns de mult încât să se creeze între ei o legătură puternică. Dr. antropolog Helen Fisher, autoarea volumului T^*e Anatomy of Love,* descria momentele în care o persoană se îndrăgosteşte ca fiind „o anumită succesiune de reacţii chimice care au loc în creier şi care se aseamănă cu acelea care au loc în cazul bolilor mentale”. Din punctul ei de vedere, exact aceleaşi circuite cerebrale care se activează în momentul unei doze de cocaină sunt folosite şi atunci când te îndrăgosteşti, iar ceea ce simţi este un extaz similar aceluia pe care îl experimentează cineva care a luat substanţe stupefiante.

Cercetătorii au făcut, de asemenea, legături între dragostea pasională şi hormonul dopamină, o substanţă care se află în strânsă legătură cu stări precum euforia, dorinţele şi dependenţa.

Mă trec fiori pe şira spinării

Substanţele secretate de creier la începutul unei noi poveşti de dragoste se oglindesc într-o multitudine de stări şi reacţii fizice pe care aproximativ 90% dintre îndrăgostiţi recunosc că le-au trăit. Printre acestea se numără: insomnii, pierderea poftei de mâncare, înroşitul obrajilor, stări de beatitudine, stânjeneli, euforie, senzaţia de fluturaşi prin stomac, accelerarea respiraţiei, ameţeli, senzaţia că ţi se taie genunchii, palpitaţii, bâlbâială, palme transpirate. Multe dintre aceste reacţii izvorăsc din teama de a nu fi respinşi de persoana iubită, fapt care duce la un soi de bulversare a sentimentelor – teamă şi exaltare în acelaşi timp. Cei proaspăt îndrăgostiţi nu doar că simt astfel de emoţii, ci în permanenţă caută pe chipul persoanei iubite semne că şi celălalt simte în acelaşi fel.

Carole King a făcut un perfect rezumat al reacţiilor chimice care se petrec atunci când te îndrăgosteşti într-un cântec ce datează din 1970: „I Feel The Earth Move Under My Feet”. Versurile acestui cântec descriu felul în care se simte solista, care ba are fierbinţeli, ba tremură de frig şi simte cum inima începe să-i bată cu putere în piept şi să simtă cum cerul i se prăbuşeşte în cap ori de câte ori se află în preajma celui drag. Acestea sunt, de asemenea, efecte obişnuite ale dependenţei de droguri.

Dragostea poate fi ca o cursă într-un *montaigne-russe* şi se petrece, pentru majoritatea oamenilor, din senin. Nu eşti nici avertizat când te poate lovi şi, cel puţin aparent, nici nu o poţi controla. Sentimentele provin din acea parte primitivă a creierului cunoscută sub numele de cortex cerebral sau materie cenuşie, care are o influenţă mai mare decât partea raţională, a judecăţii, astfel încât îndrăgostiţii ajung să acţioneze uneori în moduri complet iraţionale – în acelaşi fel în care reflexul automat de tipul „luptă sau fugi” îl face pe cineva să o ia la

goană când se vede înaintea unui leu, în loc să gândească în linişte un plan de salvare.

Euforia dragostei i-a inspirat pe artişti să producă impresionante melodii şi cântece de dragoste, puternice şi sensibile poezii, care nu lasă pe nimeni indiferent, dar intensitatea iubirii îi poate, de asemenea, conduce pe cei aflaţi sub influenţa ei către gelozie şi paranoia. Dovezi ştiinţifice recente au arătat că dragostea ne poate îmbunătăţi în mod simţitor sănătatea, alte studii demonstrând chiar că poate vindeca diferite boli, printre care şi cancerul. Dragostea, de asemenea, ne motivează să continuăm să trăim alături de oameni al căror comportament nu ne este benefic, cum se întâmplă în cazul abuzurilor în familie.

Nu pot dormi, nu pot mânca

Celor care sunt în „faza îndrăgostirii” li se spune adeseori că sunt „bolnavi de dragoste”. Astfel de persoane afirmă că nu pot mânca, nu pot dormi cum se cuvine şi manifestă comportamente repetitive, compulsive, de pildă, sunându-l pe cel drag de 20-30 de ori pe zi. S-a demonstrat că aceste comportamente au legătură cu nivelul scăzut al serotoninei şi cel ridicat al oxitocinei. Serotonina este un neurotransmiţător care ne asigură o anumită atenţie sporită faţă de mediul înconjurător, dar ne şi conferă o stare de bine generală.

Depresia şi tulburările alimentare sunt, de asemenea, asociate cu nivelul scăzut al serotoninei şi medicamentele antidepresive ţintesc tocmai să crească nivelul acestui hormon. În mod obişnuit, femeile au cu aproximativ 30% mai multă oxitocină decât bărbaţii, acest fapt coroborat cu un nivel mai scăzut al serotoninei explicând de ce femeile sunt mai înclinate să „fie înnebunite” după cineva sau să dezvolte obsesii puternice.

Dragostea este singurul renghi pe care natura ni l-a jucat pentru ca specia să-supravieţuiască.

W Somerset Maugham

În 2007, Serge Brand şi colegii săi de la Clinica Universitară de Psihiatrie din Basel, Elveţia, au intervievat 113 subiecţi, toţi de 17 ani. Dintre aceştia 65 au afirmat că s-au îndrăgostit recent. Brand a descoperit faptul că toţi aceşti adolescenţi atinşi de fiorul dragostei dormeau mai puţin, se comportau mai des în mod compulsiv şi aveau „nenumărate idei trăsnite şi o deosebită energie creativă”. Adolescenţii „îndrăgostiţi” erau mai predispuşi la comportamente riscante, precum condusul necugetat sau *bungee-jumping-vil.* Brand a dovedit că adolescenţii aflaţi la începutul unei intense poveşti de dragoste nu prea se deosebeau de pacienţii care suferă un episod de hipomanie. Cu alte cuvinte, uneori e dificil să deosebeşti un adolescent îndrăgostit de cineva despre care în mod normal s-ar zice că este nebun.

Dacă aţi spus vreodată că sunteţi „nebun” după cineva, aţi pus, de fapt, punctul pe „i”.

Ce ne dezvăluie scanarea creierului?

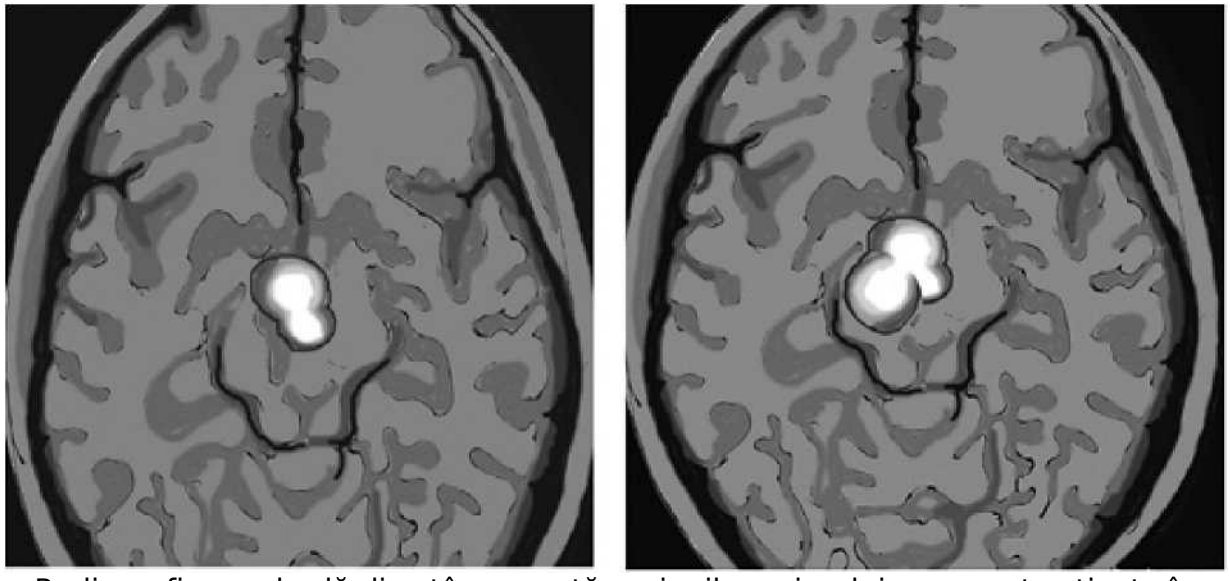
Tehnicile de radiografiere a creierului, precum rezonanţa magnetică funcţională (FMRI) sau radiografierea magneto-encefalografică (MEG) au deschis calea unor noi şi nenumărate posibilităţi pentru înţelegerea naturii umane, deoarece le permit cercetătorilor să studieze modul în care funcţionează creierul uman fără a-l afecta în vreun fel pe pacient.

Studierea efectelor dragostei şi sexului asupra creierului a atins un moment de vârf în 2002, după ce neurobiologii britanici Andreas Bartels şi Semir Zeki de la University College din Londra au coordonat un studiu despre tineri bărbaţi şi femei care erau implicaţi de curând în relaţii amoroase şi care declarau despre ei înşişi că sunt „îndrăgostiţi nebuneşte”. Ori de câte ori li se arăta o fotografie a persoanei iubite, tiparele activităţii cerebrale difereau foarte mult de cele înregistrate atunci când li se înfăţişa fotografia unui prieten apropiat. Radiografiile creierului au arătat că atracţia pasională activa

acele zone ale creierului în care se aflau concentrate cantităţi mari de receptori pentru dopamină. După cum bine vă amintiţi, dopamina este neurotransmiţătorul care afectează plăcerea şi motivaţia şi adeseori este numită „hormonul fericirii”. Un nivel ridicat al dopaminei şi norepinefrinei se leagă de o atenţie sporită, memorie pe termen scurt, hiperactivitate, lipsă a somnului şi un comportament orientat spre atingerea obiectivelor. Atunci când cei care alcătuiesc un cuplu sunt atraşi puternic unul de altul şi se află la începutul relaţiei, adeseori arată semnele unui uriaş val de dopamină: mai multă energie, mai puţină nevoie de somn sau hrană, o atenţie sporită şi savurarea oricărui detaliu, cât de mic, al noii relaţii. Bartels şi Zeki au comparat rezultatele în urma radiografierilor unor oameni care experimentează diferite stări emoţionale, de stimulare sexuală, de bucurie şi de euforie indusă de consumul de cocaină, ajungând la concluzia că imaginile coincid.

Trebuie s-o recunoaştem, suntem dependenţi de dragoste

Următoarele radiografii cerebrale arată felul în care „dragostea nebună” şi dependenţa de cocaină activează aceleaşi zone ale creierului.



Radiografia cerebrală din stânga arată regiunile creierului care sunt activate în cazul oamenilor „îndrăgostiţi nebuneşte”. Imaginea din dreapta arată zonele din

creier care sunt activate atunci când se consumă cocaină.

Aşadar, fie că sunteţi sub influenţa unor substanţe stupefiante, fie că sunteţi îndrăgostit, vă veţi simţi cam la fel.

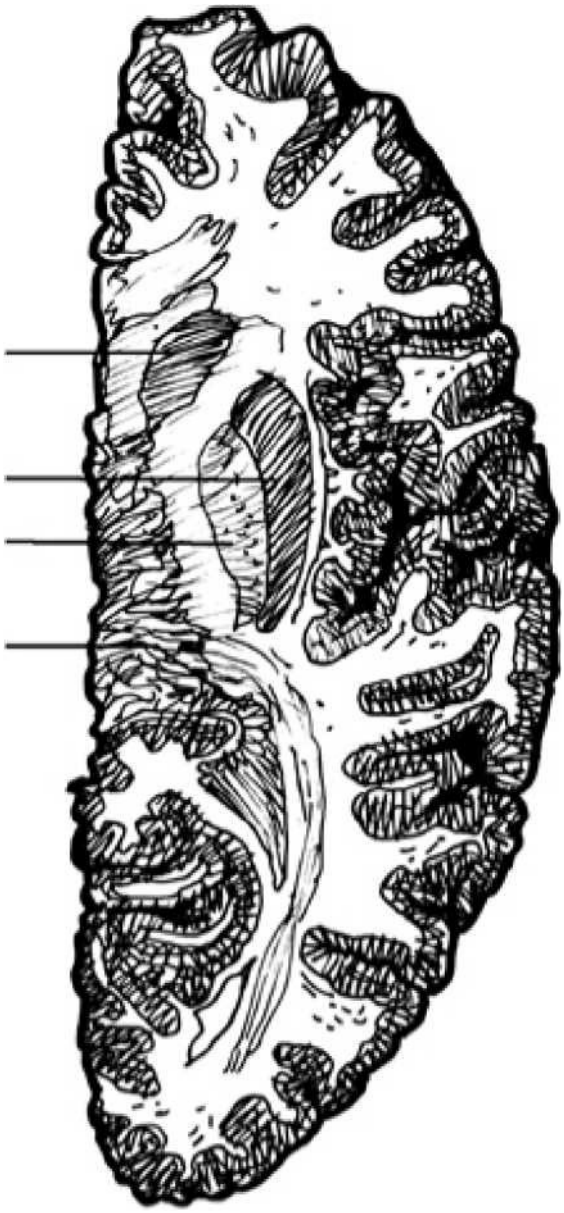
Radiografiile au arătat în plus şi faptul că mamele care îşi sorbeau copilaşii din ochi aveau o activitate cerebrală similară celor care privesc la persoanele dragi. Astfel, Bartels şi Zeki au ajuns la concluzia că atât dragostea pasională, cât şi dragostea maternă au legătură cu perpetuarea speciei umane, deoarece iubiţii şi copiii poartă promisiunea că bagajul vostru genetic va fi transmis mai departe.

Geografia cerebrală a sexului şi a dragostei

În 2005, dr. Lucy Brown, profesor de neurologie la Colegiul de Medicină Albert Einstein din New York, a făcut echipă cu una dintre cele mai mari personalităţi ale antropologiei biologice, Helen Fisher de la Universitatea Rutgers din SUA, cele două savante coordonând o serie de studii care pornesc de la rezultatele obţinute prin rezonanţă magnetică de la 17 tineri, bărbaţi şi femei. Era vorba de oameni care se aflau implicaţi într-o relaţie nouă şi se descriau ca fiind „îndrăgostiţi de curând, nebuneşte” – mai precis, aceştia se aflau fie la începutul etapei dorinţei, fie la al celei a dragostei pasionale. Cercetările lor au explicat temeiurile fiziologice pentru care simţim ceea ce simţim atunci când suntem îndrăgostiţi – de ce este dragostea atât de importantă şi de ce respingerea care vine din partea persoanei îndrăgite este atât de dureroasă şi provoacă depresii.

Au studiat o zonă a creierului asociată cu poftele, memoria, emoţia şi atenţia, regiune numită nucleul caudat şi zona ventrală tegmentală – acea parte a creierului de unde celulele de dopamină sunt pompate spre alte regiuni cerebrale. Aceste zone apar mai deschise pe radiografii, atunci când subiecţilor li se arătau imagini cu persoanele iubite. De asemenea, cele două au cercetat datele obţinute prin rezonanţă magnetică prin comparaţie cu alte studii privind erecţia penianã la bărbaţi ca răspuns la imagini feminine, analizând informaţii cu privire atât la cupluri umane, cât şi animale, cupluri constituite cu multă

vreme în urmă. S-a descoperit că, atunci când ne îndrăgostim, regiunea ventrală tegmentală inundă nucleul caudat cu dopamină. Nucleul caudat trimite ulterior noi semnale pentru a cere dopamină, şi cu cât primim mai multă dopamină, cu atât mai veseli şi relaxaţi ne simţim. Fisher şi Brown au confirmat faptul că „dragostea nebunească” provoacă o senzaţie similară extazului indus de substanţe halucinogene din pricina activităţii hormonale.



Potrivit descoperirilor lor, nucleul caudat este zona din creier legată direct de dragostea pasională. Au aflat şi că ataşamentul pe termen lung îşi află sediul în partea frontală a creierului, în putamenul ventral şi în globul palid. Sentimentele care au de-a face cu dorinţa şi incitarea sexuală ocupă diferite zone, majoritatea localizate în partea stângă a creierului. Partea importantă a acestei cercetări este că misterul dragostei în interiorul creierului este înlăturat şi ni se îngăduie să avem un

Nucleul caudat

Putamen

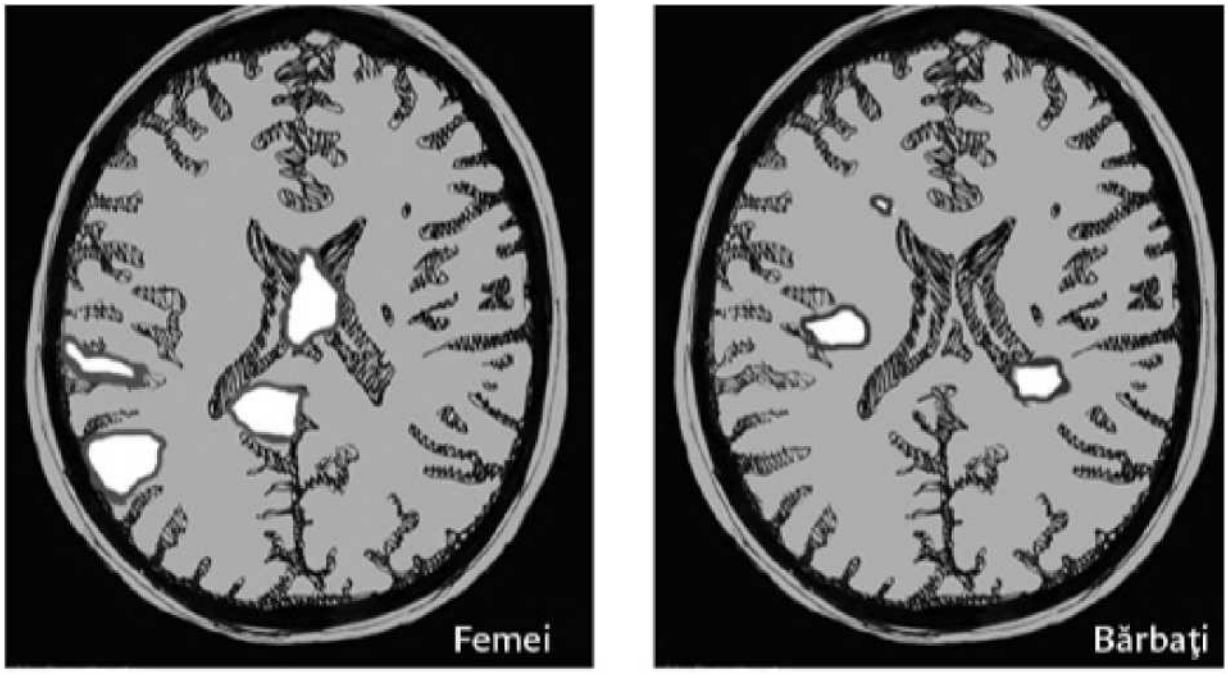
punct de vedere mult mai obiectiv despre ce este cu adevărat dragostea.

Dragostea este un cocktail chimic de droguri plăcute, iar oamenii care sunt dependenţi de acest cocktail sunt cunoscuţi sub numele de „dependenţi de sex”.

De ce bărbaţii şi femeile văd altfel dragostea

Fisher şi Brown, atât împreună, cât şi pe cont propriu, au analizat radiografiile cerebrale a peste 3 000 de elevi de liceu „îndrăgostiţi nebuneşte”, imagini capturate în timp ce tinerii priveau o fotografie a persoanei iubite. S-a descoperit că femeile care au luat parte la studiu prezentau o activitate mai intensă în nucleul caudat – după cum am pomenit anterior, o zonă a creierului asociată cu memoria, atenţia şi emoţiile –, în septum, numit uneori şi „centrul plăcerii” în cortexul parietal posterior, responsabil de producerea unor imagini mentale şi de amintiri. La majoritatea bărbaţilor care au fost analizaţi s-a constatat o mai mare activitate în zona cortexului vizual şi a zonelor din creier responsabile cu procesarea stimulilor vizuali, incluzând aici şi o regiune de care depinde direct stimularea sexuală. În urma studiilor efectuate, Bartels şi Zeki au ajuns la aceleaşi concluzii.

Următoarea radiografie cerebrală ilustrează rezultatul cercetărilor întreprinse de dr. Brown şi arată care este locul pe care dragostea îl ocupă în creier şi de ce bărbaţii şi femeile o privesc atât de diferit. Aceste radiografii aparţin unor bărbaţi şi femei care priveau imagini ale unor persoane de care se simţeau îndrăgostiţi nebuneşte.



Imagini ale iubirii. Bărbaţi şi femei privind imagini ale celor dragi. Zonele active sunt cele albe.

După cum puteţi vedea, bărbaţii au mai puţine zone „deschise la culoare” decât femeile, dar dacă am privi aceste zone în culori, se va putea observa că zonele active ale bărbaţilor sunt mai intens colorate decât zonele mai ample ale femeilor, dar mai puţin intense. Nu doar că femeile au mai multe zone active decât bărbaţii, dar acestea diferă complet ca localizare faţă de cele ale bărbaţilor. Aceste dovezi arată de ce bărbaţii şi femeile au puncte de vedere atât de diferite cu privire la relaţiile amoroase.

Într-un alt studiu li s-au arătat fotografii erotice unor subiecţi în vreme ce creierele le erau radiografiate, dar Brown şi Fisher nu au identificat în aceste radiografii niciuna dintre zonele active în mod obişnuit la „îndrăgostiţi”. După cum am amintit anterior, s-a înregistrat o activitate considerabilă în hipotalamus, cel care controlează nevoi primare precum setea şi foamea şi în zona amigdalei, responsabilă de stimularea sexuală. Dacă tragem linie, vom observa că un creier „îndrăgostit” nu prea seamănă cu unul „excitat”, deoarece fiecare dintre acestea foloseşte alte sisteme şi zone cerebrale.

Pe scurt, cercetările ştiinţifice arată că, atunci când o relaţie este la început, partenerii folosesc cu totul alte sisteme de evaluare ale persoanei pe care o îndrăgesc – bărbaţii se folosesc de ochi drept principal mijloc de evaluare a potenţialului sexual al unei femei, în vreme ce femeile se folosesc de memorie pentru a pune în balanţă calităţile unui bărbat şi potenţialul acestuia de a fi un partener de nădejde pe termen lung. Dragostea şi dorinţele trupeşti sunt localizate în zone diferite ale creierului şi *nu* sunt acelaşi lucru.

Cum cântăreşte creierul unui bărbat gradul de atractivitate a unei femei

Atunci când Bartels şi Zeki le-au arătat bărbaţilor imagini cu femei atrăgătoare, aceştia au prezentat o activitate mai intensă în două regiuni ale creierului: una asociată stimulilor vizuali şi cealaltă aflată în legătură directă cu erecţia (mda, cine-ar fi ghicit una ca asta!). Cei mai mulţi dintre bărbaţi sunt extrem de activi din punct de vedere vizual, se uită atent la femei în mod constant, au fantasme în legătură cu acestea şi obişnuiesc să vadă frecvent producţii pornografice, aşa că aceste concluzii nu ne miră câtuşi de puţin. Atunci când anumite zone din creierul bărbaţilor sunt mai „deschise la culoare”, cercetătorii au observat că scade simţitor activitatea în zonele din creier care au o legătură directă cu judecăţile morale.

În baie, un băieţel de trei ani îşiprivea cu atenţie testiculele. „Mami, întrebă el, acesta este creierul meu?” „Nu încă, puişor”, răspunse ea.

Reţeaua vizuală din creierul bărbaţilor a evoluat de-a lungul ultimului milion de ani, deoarece aceştia erau nevoiţi ca, dintr-o singură privire, să poată evalua capacitatea unei femei de a naşte copii sănătoşi, astfel încât specia să poată supravieţui. Dacă o femeie era tânără şi sănătoasă, bărbatul devenea tot mai excitat şi începea procesul împerecherii. De aceea, bărbaţii se îndrăgostesc mai iute decât femeile – pentru că sunt mai motivaţi din punct de vedere vizual, iar stimulii vizuali sunt

imediaţi şi transmit pe loc un semnal către creier prin care este stimulată secreţia hormonală. Această concluzie este, de asemenea, de folos pentru a explica de ce este mai probabil ca un bărbat să se îndrăgostească la prima vedere decât o femeie.

Bărbaţii îşi folosesc ochii, în primul rând, pentru a evalua potenţialul unei femei. Atunci când bărbaţii sunt stârniţi, hormonii ajung să le inunde corpul şi li se declanşează erecţii. Aceşti hormoni pot uneori copleşi judecata raţională, astfel încât e cu putinţă ca bărbaţii să ia decizii care nu sunt tocmai în interesul lor. În astfel de situaţii, erecţia are un cuvânt mai greu de spus decât creierul. Acest fapt nu este deloc surprinzător pentru nicio femeie care a avut de-a face cu bărbaţi. Aceste radiografii cerebrale, împreună cu studiile şi cercetările lui David Bus, au arătat că aceste comportamente sunt universale şi reprezintă un fenomen care nu ţine de o cultură anume.

Dumnezeu i-a dat bărbatului un creier şi un penis, dar sânge suficient pentru a alimenta numai unul dintre aceste organe, pe rând.

Robin Williams

Cum cântăreşte creierul unei femei gradul de atractivitate a unui bărbat

Radiografiile creierelor unor femei au scos la iveală rezultate foarte diferite de cele ale creierelor unor bărbaţi. La femei, atunci când evaluează gradul de atractivitate a unui bărbat, devin active anumite zone din creier asociate cu amintirile şi memoria. În termenii unei gândiri evoluţioniste, este vorba despre o strategie adaptativă de a putea rememora toate detaliile care ţin de comportamentul unui bărbat.

De sute de mii de ani, printre sarcinile femeilor s-a numărat şi aceea de a creşte copiii până când aceştia sunt în stare să se descurce pe cont propriu. Spiritul matern este complex şi femeilor le este mai dificil să-şi ducă sarcina la bun sfârşit decât oricăror altor femele, din altă specie. Mamele au nevoie de

sprijin şi protecţie atunci când îşi hrănesc şi îşi îngrijesc odraslele. În timpuri preistorice, dacă partenerul unei femei ar fi murit, aceasta era nevoită să consume o uriaşă cantitate de energie pentru a-i găsi defunctului un înlocuitor. Spre deosebire de abordarea strict vizuală a unui bărbat care cântăreşte din priviri orice posibilă parteneră, pentru o femeie nu este de ajuns doar să privească un bărbat pentru a se dumiri dacă este un om onest şi de încredere, dacă poate nimeri cu piatra o zebră în mişcare de la o distanţă de 50 de metri sau dacă se va învoi să împartă vânatul cu ea. Acelaşi proces de evaluare este folosit şi în zilele noastre de o femeie pentru a-şi putea aminti ce a spus un bărbat cu o zi în urmă, ce susţinea acum trei săptămâni sau trei luni, cum reacţionează în apropierea copiilor, dacă e blând şi generos, cum se poartă cu mama lui, care este istoricul slujbelor sale şi ce bunuri deţine, folosindu-se de toate aceste informaţii pentru a-i evalua potenţialul de partener. Atunci când o femeie se uită la fotografii ce înfăţişează un bărbat, îşi aminteşte alţi bărbaţi pe care îi cunoaşte şi care au trăsături asemănătoare cu acela din imagine, după care îi revin în minte trăsături ale personalităţilor acestora. Creierul ei decodifică apoi acele trăsături care corespund chipului bărbatului pe care îl priveşte. Este ca şi cum ea ar dezlega un soi de puzzle mental, recompunând caracterul unui bărbat pe baza altor fărâme de informaţii despre alţi bărbaţi, informaţii stocate în baza ei de date personală. Asta nu înseamnă că o şi nimereşte; înseamnă doar că ea alcătuieşte un construct mental pornind de la bărbaţii pe care îi cunoaşte. În vreme ce creierul femeilor procesează amintiri despre numeroşi bărbaţi pentru a evalua potenţialul unuia de a deveni partener, bărbaţii se mulţumesc să arunce femeilor priviri atente, lungi şi deloc ascunse. Acum înţelegeţi de ce femeile nu uită niciodată, iar bărbaţii sunt prinşi întotdeauna că aruncă ocheade femeilor.

Aproximativ 79% dintre cuplurile care intenţionează să se căsătorească trăiesc împreună înainte de cununie, dar numai 18% dintre acestea durează mai mult de zece ani.

De ce dorinţa nu durează

Donatella Marazziti, psihiatru la Universitatea din Pisa, Italia, a investigat schimbările hormonale care au legătură cu tulburarea obsesiv-compulsivă (TOC), concentrându-şi atenţia asupra serotoninei, acea substanţă chimică pe care am mai adus-o în discuţie şi care are un efect calmant asupra creierului. O cantitate prea mică de serotonină se poate reflecta în agresivitate, obsesii, depresie sau anxietate. Medicamentele de tipul Prozac luptă împotriva acestei situaţii prin creşterea nivelului substanţei respective la nivelul creierului. Marazziti a fost de-a dreptul intrigată de felul în care atât persoanele care sufereau de TOC, cât şi cei îndrăgostiţi puteau petrece ore în şir concentrându- se asupra unui singur obiect sau a unei singure persoane şi de cum ambele grupuri de subiecţi recunosc faptul că obsesia lor este una iraţională, şi totuşi, nu au niciun control asupra ei. Cercetătoarea a măsurat nivelul de serotonină pentru 20 de pacienţi ce sufereau de TOC, precum şi al altor 20 de îndrăgostiţi „nebuneşte”. Apoi a comparat rezultatele cu ale altor 20 de persoane care nici nu sunt îndrăgostite, nici nu suferă de TOC. În vreme ce subiecţii „normali” prezintă un nivel normal de serotonină, cei afectaţi de TOC sau care sunt îndrăgostiţi au cu 40% mai puţină. Felul în care oamenii de ştiinţă realizează această estimare ţine de cantitatea unei proteine din trombocite. Acest experiment explică astfel cum dragostea pasională de la început se poate transforma cu timpul într-o obsesie.

La reexaminarea acestor subiecţi după 12-24 de luni, Marazziti a observat că diferenţele hormonale care ţin de dorinţă au dispărut complet, iar nivelul serotoninei a ajuns la normal, chiar şi în cazul cuplurilor care continuă să fie împreună. Îndrăgostiţii îşi vor jura unul altuia că întotdeauna se vor „simţi” astfel, dar hormonii lor în mod cert istorisesc o altă poveste. Mama Natură este foarte înţeleaptă – ea reglează nivelul hormonilor exact atât timp cât este necesar pentru atingerea scopului evoluţionist – acela de a se produce urmaşi.

Folosind aceeaşi metodă pentru selecţia de voluntari, în 2005, Enzo Emanuele şi colegii săi de la Universitatea din Pavia, Italia, au efectuat cercetări încercând să afle dacă anumiţi transmiţători chimici, neurotrofinele, nu aveau cumva dea face cu dragostea pasională. S-au observat rezultate sangvine peste limitele normale în cazul unei proteine denumite NGF *(nerve growth factor)* la voluntarii îndrăgostiţi până peste cap, iar valorile înregistrate creşteau odată cu intensificarea sentimentelor pasionale. Asemenea lui Marazziti, Emanuele şi colegii ei au descoperit că toate substanţele asociate dragostei s-au dus, chiar şi în cazul în care cuplurile încă rezistă. Nici intensitatea iniţială a sentimentelor de iubire, nici nivelul proteinei NGF nu au părut să fie un bun indicator pentru a stabili dacă o relaţie va rezista sau nu.

În mod interesant, un studiu dat publicităţii în 2008 şi efectuat de o echipă de cercetători de la Stony Brook University din New York, în fruntea căreia s-a aflat dr. Arthur Aron, a radiografiat creierele unor parteneri care erau împreună de mai bine de 20 de ani, comparând ulterior rezultatele cu radiografiile cerebrale ale unor proaspăt îndrăgostiţi. S-a descoperit că 10% dintre cuplurile mature prezentau aceeaşi activitate cerebrală şi reacţii chimice similare atunci când li se arătau fotografii ale celor îndrăgiţi ca şi tinerii îndrăgostiţi. Aşadar, pentru unii dintre noi există speranţă.

Pentru 90% dintre oameni, alţi factori în afara unei activităţi hormonale intense sunt necesari pentru a susţine pe termen lung o relaţie.

În tot acest timp, la spitalul Whitchurch din Cardiff, Ţara Galilor, biochimistul Abdulla Badawy a arătat că alcoolul goleşte serotonina din creier. Un nivel mai scăzut al serotoninei înlătură inhibiţiile şi creează iluzia că acea persoană absolut obişnuită de la celălalt capăt al barului este incredibil de atractivă.

Toate aceste cercetări indică un mesaj limpede pentru toţi cei care caută dragostea pe termen lung: aşteptaţi cel puţin doi ani înainte de a vă lua un angajament emoţional sau financiar pe

termen lung faţă de cineva – şi alegeţi cu grijă barurile prin care vă petreceţi vremea.

Dar dacă toţi mesagerii chimici ai sentimentelor pasionale intense dispar într- un interval de doi ani, care este acel liant chimic care ţin cuplurile laolaltă pe termen lung? Nu e totul pierdut – vom discuta acest subiect în următoarele capitole.

Ce se petrece când ţi se dau papucii

Unul dintre motivele pentru care la început dragostea face să-ţi stea inima-n loc este posibilitatea şi teama că sentimentul s-ar putea să nu fie întru totul reciproc şi că ar fi cu putinţă ca visul să se sfârşească foarte brusc.

Într-un alt experiment, doctorii Fisher, Brown şi Aron au coordonat radiografierea a 40 de tineri bărbaţi sau femei care fuseseră recent lăsaţi cu ochii-n soare de iubiţii lor. Ca şi în cazul studiului din 2007, coordonat de Brown şi Fisher, care a vizat persoane îndrăgostite de curând, cercetătorii au comparat două seturi de imagini: pe de o parte, cele consemnate în momentul în care subiecţilor li se arăta poza unui prieten, pe de altă parte, cele în care locul acelei poze era luat de o fotografie cu fostul partener. Rezultatele au demonstrat că atunci când priveşti fotografia cuiva care te-a abandonat recent, zonele din creier asociate în mod obişnuit cu durerea fizică, un comportament obsesiv-compulsiv, asumarea riscurilor şi controlul furiei se activează. Cercetătorii au descoperit, de asemenea, şi că, atunci când eşti abandonat, aceste porţiuni ale creierului se „aprind” şi mai mult şi devii încă şi mai atras de partenerul care te-a refuzat. Printr-un mecanism de apărare – similar unui răspuns de tipul „luptă sau fugi” – creierul se mobilizează pentru cel puţin încă o tentativă de a redobândi atenţia persoanei iubite şi a evita astfel durerea pe care o resimţim atunci când ni se frânge inima. Cu toate acestea, când în sfârşit acceptăm că ni s-au dat papucii şi nu mai negăm această realitate, devin active acele regiuni ale creierului care sunt legate de sentimentul de disperare.

Atunci când participanţilor la studii li se înfăţişa o fotografie a fostei persoane, în creier se declanşa în plus şi sistemul dopaminei – acelaşi sistem asociat cu plăcerea şi dependenţa. Acest lucru nu se petrecea atunci când subiecţilor li se arătau imagini ale unor prieteni. Radiografiile cerebrale ale unor persoane cărora li s-au dat papucii explică şi de ce sfârşitul unei relaţii poate atrage după sine grave probleme de sănătate. Atunci când cineva acceptă noua situaţie, iar hormonii fericirii precum dopamina dispar, aceştia sunt înlocuiţi de substanţe care provoacă depresii şi pot conduce la scăderea activităţii sistemului imunitar, fapt care atrage după sine boli. Regula este că pentru fiecare an de relaţie încheiată este nevoie de o lună pentru a-ţi reveni la normal din punct de vedere emoţional şi pentru ca hormonii să revină la un nivel normal, sănătos, neafectat de stres. Aşadar dacă, să spunem, o relaţie a durat doi ani, ar fi nevoie de aproximativ două luni pentru a-ţi reveni la normal şi a trece peste situaţia respectivă. Astfel se explică de ce oamenii mai în vârstă care pierd un partener după 50 de ani de căsnicie s-ar putea să nu-şi mai revină niciodată după ceea ce îndeobşte numim „o inimă frântă”.

Rezumat

Simplu spus, impulsurile sexuale sunt rezultatul unui cocktail de substanţe eliberate de creier în sânge, substanţe care stimulează producţia de hormoni, în primul rând de testosteron şi estrogen. Anumite circumstanţe exterioare pot, de asemenea, să determine creierul să elibereze aceste substanţe. De pildă, mici detalii precum o anumită melodie, un miros special al unei persoane care are unele trăsături mai aparte pot determina această eliberare de substanţe. Pe măsură ce îmbătrânim, nivelul hormonilor, mai cu seamă al testosteronului, scade. Injecţiile cu testosteron au devenit o practică obişnuită pentru bărbaţii şi

femeile mai în vârstă care au un apetit sexual tot mai scăzut. Vom discuta mai pe larg despre toate acestea în capitolele următoare, dar este important să înţelegeţi că toate idealurile romantice, sentimentele de iubire, suişurile şi coborâşurile care se pot experimenta într-o nouă legătură amoroasă ţin, de fapt, de anumite substanţe, legate între ele, şi că nu sunt produsul misterioasei şi misticei întâlniri a două suflete aşa cum multora le place să creadă.

În sfârşit, ştiinţa face dezvăluiri cu privire la dragostea pasională, dorinţă, sex şi ataşament, lucruri care au fost învăluite într-un aer tainic de mii de ani. O astfel de ştiinţă funcţionează asemenea unui sistem GPS pentru a identifica dragostea în creier. La auzul unor asemenea veşti unii oameni intră în panică şi afirmă răspicat că o asemenea abordare înlătură misterul şi bucuria oricărei idile sau noi poveşti de dragoste. De fapt, lucrurile stau exact pe dos. Înţelegând de ce faceţi alegerile pe care le faceţi şi acceptând faptul că dragostea are un fundament ştiinţific, biologic şi nu ţine de cine ştie ce forţă mistică, veţi putea controla mai bine alegerile pe care le faceţi şi vă veţi îmbunătăţi şansele de reuşită în acest joc al împerecherii, în ciuda faptului că şi creierele voastre au anumite „setări” iniţiale. În loc să vă lamentaţi zicând că „Hormonii m-au împins să fac asta!”, puteţi prelua controlul volanului şi vă puteţi hotărî încotro doriţi s-o apucaţi. Pe lângă biologie, alte forţe joacă şi ele un rol important aici şi asupra acestora aveţi un control destul de mare, după cum veţi putea descoperi în restul cărţii de faţă.

Neacceptând faptul că dragostea se traduceprintr-o serie de reacţii chimice veţi fi vulnerabili în faţa oricăror escroci sentimentali care s-ar putea ivi.

Atunci când a fost introdus pe piaţă de către BMW primul sistem de GPS auto, mulţi oameni au protestat împotriva acestuia afirmând că astfel se alege praful de toată plăcerea condusului şi satisfacţia descoperirii unor locuri noi. De fapt, ceea ce GPS-ul a făcut cu adevărat a fost să-i împiedice pe

oameni să se mai înfurie sau să fie frustraţi, să piardă timp fără rost prin fundături sau să greşească drumul. Poate fi uneori distractiv să te mai pierzi, dar cu o nouă tehnologie, întotdeauna veţi avea un plan de rezervă la îndemână şi despre asta va fi vorba în capitolele următoare.

- **În general, imboldurile şi impulsurile noastre sexuale au rămas neschimbate de sute de mii de ani.**

- **Dragostea, dorinţa, romantismul şi dorinţele sexuale sunt toate răspunsuri chimice la nivelul creierului.**
- **Ştiinţa a demonstrat că bărbaţii şi femeile au puncte de vedere diferite cu privire la legăturile amoroase şi că dragostea îşi află sălaş în zone complet diferite ale creierului la cele două sexe.**
- **Odată ce aţi înţeles şi acceptat faptul că sentimentele şi nevoile voastre sunt controlate de anumite substanţe la nivelul creierului, puteţi învăţa să lucraţi cot la cot cu acestea şi nu împotriva lor.**

CAPITOLUL 2
Să vorbim deschis despre sex şi dragoste

Unele lucruri nu s-au schimbat deloc într-un milion de ani.

Aşadar, de ce facem sex? Vă veţi gândi că fie există un răspuns incredibil de simplu, fie că întrebarea este prostească. Gândiţi-vă puţin – sexul, pasiunea şi relaţiile amoroase consumă timp şi nu-s nici tocmai ieftine. Cina la restaurant, concediile, convorbirile telefonice fără sfârşit şi mesajele nenumărate, cadourile scumpe, căsătoria, divorţul, toate implică timp şi costă bani. Şi pentru ce? Motivul este continuarea descendenţei genetice – şi cam asta-i tot. Totul pentru perpetuarea ADN-ului propriu. În cazul oamenilor, sexul este o necesitate puternic înrădăcinată, dar serveşte, de asemenea, şi altor scopuri – este folosit pentru a căpăta putere, statut social, pentru a te juca sau a lega relaţii cu ceilalţi, la fel ca în cazul unor primate precum maimuţele din specia Bonobo. Dar nu toate fiinţele fac sex

pentru a se reproduce. Unele plante, bacterii sau simple nevertebrate, cum sunt viermii, nu fac sex – acestea, pur şi simplu, se clonează pentru a se reproduce. De aceea numim astfel de organisme asexuate. Problema este că prin clonare rezultă urmaşi identici cu părintele, dar care nu sunt nici mai puternici, nici mai bine adaptaţi la mediu decât acesta; este, de asemenea, mai puţin probabil ca urmaşii să supravieţuiască unor schimbări de mediu. Urmaşa unei femele asexuate poate supravieţui numai în acelaşi habitat pentru care şi mama era adaptată[1], dar mediile se schimbă în permanenţă. Prin amestecul genelor a doi indivizi pot rezulta urmaşi mai puternici şi mai rezistenţi decât amândoi părinţii.

Sexul este ereditar. Dacă părinţii voştri nu au făcut,nici voi nu veţi face.

Acest fenomen a fost demonstrat, în 2007, de Matthew Goddard de la Universitatea din Auckland, Noua Zeelandă. Acesta a comparat două tipuri de grâu – unul care se reproducea sexuat şi altul care se clona. În condiţii stabile de mediu, ambele soiuri de grâu se reproduceau cam la fel de bine, dar când oamenii de ştiinţă au crescut temperatura camerei pentru a crea un mediu mai dur, soiul rezultat prin reproducere sexuată s-a descurcat mult mai bine. Peste 300 de generaţii, rata de creştere a acestuia a fost cu 94% mai mare, faţă de 80% în cazul grâului clonat.

Sexul poate fi plăcut şi distractiv, dar consumă, de asemenea, foarte mult timp şi poate fi obositor. În cele din urmă, duce la urmaşi mai puternici şi mai rezistenţi şi acesta este motivul principal pentru care îl practicăm.

Cum s-au schimbat vremurile

Până prin anii '40, vârsta de 42 de ani era considerată una mijlocie. Oamenii în jurul vârstei 50 de ani nu se mai gândeau decât la pensie, în vreme ce aceia de 60 de ani erau consideraţi bătrâni. Aceste stereotipuri au fost puternic contrazise de vedete precum Rod Stewart, Mick Jagger, Sean Connery, David

Bowie, Cher, Hugh Hefner, Madonna, Joan Collins sau Paul McCartney, pentru a numi numai câţiva.

Secolul XXI va fi unul propice pentru cei trecuţi de 40 de ani, deoarece ei s-au născut în anii '60 sau '70, perioade care au avut un enorm impact asupra stilului de viaţă şi culturii moderne. Această generaţie explorează noi beneficii în sănătate şi longevitate şi învaţă cum să dea înapoi ceasul procesului îmbătrânirii. Până spre sfârşitul secolului XX, o femeie obişnuită trecută de 40 de ani era văzută ca fiind aşezată, căsătorită, domestică şi la locul ei şi era mai probabil să folosească un feliator de pâine decât un vibrator. Viaţa ei era considerată a fi una plictisitoare, anostă, golită de pasiune, sex sau romantism, întocmai ca în epoca victoriană. Acum modelele unor femei de peste 40 de ani arată trupuri şi atitudini mai apropiate de cele ale femeilor de 30 de ani. Aceasta este prima generaţie de oameni care refuză să accepte procesul îmbătrânirii.

Iată câteva statistici despre schimbările care au avut loc în unele societăţi contemporane. Aceste informaţii au fost colectate pe parcursul anului 2008 şi au fost extrase din documente ce provin de la diferite birouri pentru date şi statistică sau centre naţionale de sănătate din aproape 30 de ţări occidentale şi europene, prin acestea numărându-se Marea Britanie, Australia, Noua Zeelandă, Statele Unite, Canada, Germania, Franţa, Olanda şi Spania:

1. În zilele noastre, vârsta medie pentru ginere este de 34 de ani, iar pentru mireasă de 32. (Adăugaţi încă trei ani pentru a afla cifrele corespunzătoare celei de-a doua căsătorii.)
2. Vârsta medie a mamelor la naşterea primului copil era, în 2008, de 30 de ani. Unul din şase cupluri foloseşte acum fertilizarea in vitro din pricina unor probleme de fertilitate.
3. Vârsta medie a persoanelor divorţate a crescut de la 37,6 ani, în 1988, la 44,2 ani, în 2007, în cazul bărbaţilor, şi de la 34,8 ani la 41,3 ani, în cazul femeilor.

4. Aproximativ 40% dintre copii sunt acum concepuţi de părinţi care nu sunt căsătoriţi.
5. Numai 36% dintre cupluri aleg o ceremonie religioasă atunci când se căsătoresc.
6. În 80% dintre cuplurile în care un partener sforăie, se doarme separat.

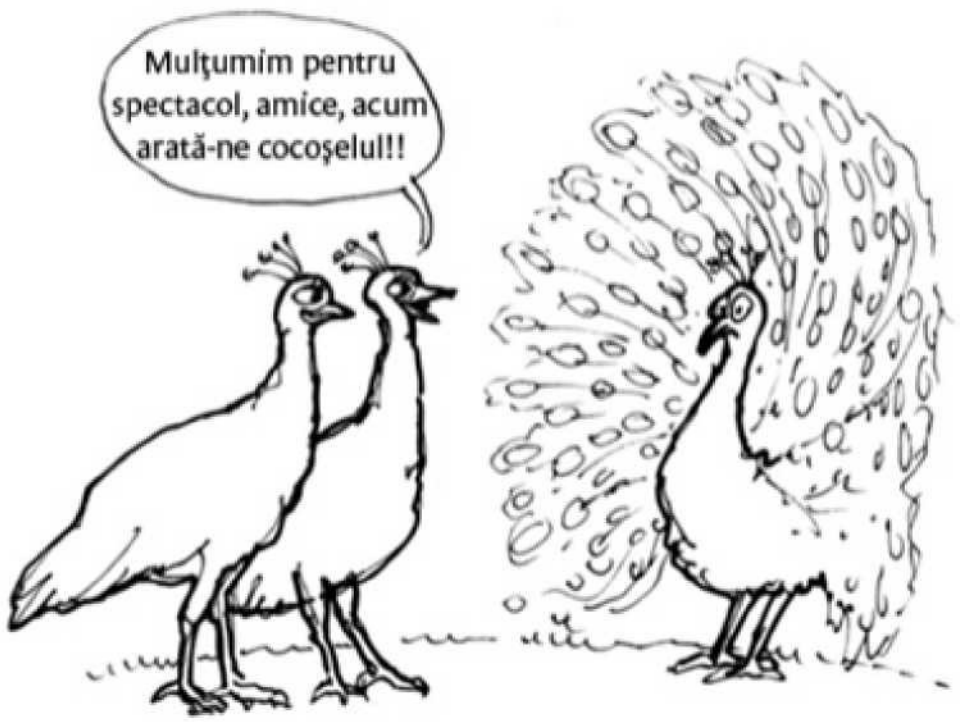
Asemenea rezultate nu au mai fost niciodată consemnate la generaţiile precedente de oameni şi scot în evidenţă o uriaşă schimbare de atitudine în ceea ce priveşte relaţiile.

Cum sunt acum studiati oamenii

Oamenii sunt tot mai mult studiaţi pornind de la un model evoluţionist folosit de cercetătorii care studiază comportamentul animalelor. Printre etichetele sub care se ascunde o astfel de muncă se numără psihologia evoluţionistă, biologia evoluţionistă, ecologia comportamentului uman şi sociobiologia umană. Luate la un loc, de obicei numim toate aceste domenii „psihologie evoluţionistă umană” (PEU), deoarece scopul pe care toate acestea îl au în comun este acela de a explica de ce suntem aşa cum suntem, pornind de la studierea locului de unde am plecat. Numeroşi cercetători ai PEU şi-au început carierele ştiinţifice studiind comportamentul animalelor, şi, drept urmare, cercetările referitoare la PEU sunt asemănătoare cu toate cele care vizează comportamentul animal, pornind de la principiul că au evoluat şi comportamentele umane la fel ca şi cele ale tuturor animalelor. În PEU, „animalul” care face obiectul cercetărilor desigur că poate vorbi, fapt ce are atât avantaje, cât şi dezavantaje pentru cercetători. Înţelegerea psihologiei evoluţioniste a omului implică faptul că vom putea anticipa mai corect felul în care oamenii vor reacţiona sau răspunde în faţa anumitor situaţii.

De exemplu, păunul a evoluat astfel încât să aibă un penaj minunat, deoarece păuniţele au preferat întotdeauna masculii care au cozi mai strălucitoare, mai colorate, care să le ia ochii. Păuniţele îi respingeau pe păunii care aveau un penaj anost,

deoarece masculii mai puţin rezistenţi nu pot avea cozi impresionante. Din punct de vedere evoluţionist, efectul a fost acela că toţi masculii cu o înfăţişare mai anostă au fost lăsaţi pe dinafară, deoarece femelele nu se împerecheau cu ei.



Ca şi în cazul păunilor şi păuniţelor, strategiile sexuale ale oamenilor pentru aşi găsi un partener potrivit funcţionează la un nivel subconştient. Ca şi la alte specii animale, împerecherea în cazul oamenilor este întotdeauna strategică, niciodată la întâmplare – indiferent de ceea ce ne-ar plăcea sau nu să credem. Foarte simplu spus, femeile au dorit întotdeauna bărbaţi care le puteau oferi resurse – hrană, protecţie, ajutor –, iar bărbaţii care nu au reuşit să agonisească resurse au mai puţine şanse de a-şi trece mai departe genele către o generaţie viitoare.

De ce este atât de important să fii iubit şi să fii îndrăgostit

De la începuturile medicinei practicate într-un cadru formal, prin secolul al XVIII-lea, doctorii nu prea au fost dispuşi să accepte idei legate de longevitatea oamenilor care nu puteau fi nici măsurate, nici cuantificate. Cercetările din zilele noastre au demonstrat că dacă eşti iubit şi la rândul tău iubeşti pe cineva

poţi trăi în mod semnificativ mai mult, iar acest lucru cântăreşte mai mult decât orice altceva – fie că vorbim de gene, diete, medicamente sau stil de viaţă.

Nimic din toate acestea nu poate avea un efect similar celui al dragostei. Dr. Dean Ornish, într-un volum care a deschis multe drumuri – *Stress, Diet and your Heart,* este unul dintre pionierii cercetărilor legate de longevitate şi a fost primul om de ştiinţă din domeniul medicinei care a demonstrat că suferinţe precum bolile de inimă pot fi produse sau, dimpotrivă, împiedicate de stilul de trai şi de existenţa în viaţa fiecăruia a unor relaţii pozitive, de iubire. Dr. Ornish a făcut referire la studiul Harvard „Cunoaşterea stresului", desfăşurat, la începutul anilor '50, la Universitatea Harvard, în care cercetătorii au înmânat chestionare unui număr de 156 de bărbaţi, cărora li s-a cerut să evalueze felul în care se simt faţă de părinţi, notând relaţia pe o scară de la „relaţie caldă, de apropiere", la „relaţie rece, ca nişte străini". După 35 de ani, s-a descoperit că 91% dintre subiecţii care nu considerau că au o relaţie apropiată cu mamele lor au fost diagnosticaţi cu serioase probleme de sănătate şi boli odată ajunşi la o vârstă mijlocie. Numai 45% dintre participanţii care considerau că au o relaţie apropiată cu mama aveau vreo problemă majoră de sănătate. Când vine vorba de apropierea faţă de tată, 82% dintre cei mai puţin ataşaţi au ajuns să sufere probleme serioase, spre deosebire de numai 50% dintre cei care aveau o relaţie foarte apropiată. Pentru participanţii care nu se simţeau apropiaţi de *niciunul* dintre părinţi rezultatele sunt uluitoare: absolut toţi au fost diagnosticaţi cu o boală gravă după ce au atins vârsta mijlocie.

Oamenii care se simt iubiţi trăiesc mai mult şi au parte de o sănătate mai bună.

Mai mulţi cercetători de la Universitatea de Medicină Case Western Reserve din Cleveland, Ohio, au adresat chestionare unui număr de 8 500 de bărbaţi care nu aveau antecedente de ulcer duodenal, monitorizându-i ulterior timp de cinci ani.

Rezultatul a fost că 254 de bărbaţi au dezvoltat ulcere, dar uimitor e faptul că aceia care au răspuns la una dintre întrebările chestionarului cu „Soţia mea nu mă iubeşte” s-au îmbolnăvit într-o proporţie de trei ori mai mare decât bărbaţii care erau convinşi că sunt iubiţi de consoartele lor. Într-un alt experiment care s-a întins tot pe o perioadă de cinci ani, cercetătorii au urmărit evoluţia a 10 000 de bărbaţi care nu fuseseră vreodată bolnavi de angină pectorală. Bărbaţii care au răspuns „da” la întrebarea „Vă iubeşte soţia dumneavoastră?” s-au îmbolnăvit într-o mult mai mică măsură, indiferent de alţi posibili factori de risc. Din studii a mai reieşit un fapt: cu cât riscurile pentru sănătate ale unui bărbat erau mai înalte, cu atât mai mare era contribuţia dragostei nevestei sale la o sănătate de fier. Alte cercetări aflate acum în desfăşurare indică faptul că emoţiile joacă un important rol protector împotriva acelor lucruri care provoacă stres şi conduc la tot soiul de boli şi afecţiuni.

Aşadar, asta înseamnă că dacă ai avut o relaţie proastă cu un părinte sau cu ambii părinţi eşti condamnat, de exemplu, să mori de cancer? Din fericire, nu. Cercetările au arătat şi faptul că o relaţie profundă de dragoste pe care o are un adult aduce o siguranţă emoţională care poate compensa efectele timpurii ale neînţelegerilor cu părinţii. Dacă însă cineva repetă aceleaşi tipare ale relaţiilor pe care le-a experimentat în copilărie, cu siguranţă va deveni un candidat serios pentru a se îmbolnăvi destul de grav.

Studiile de pretutindeni demonstrează că oamenii căsătoriţi trăiesc mai mult, prezintă o rată a mortalităţii mai scăzută pentru aproape fiecare afecţiune în parte, decât cei singuri, despărţiţi, divorţaţi sau rămaşi văduvi. Şansele de a supravieţui mai mult de cinci ani după ce ai fost diagnosticat cu cancer sunt mai mari pentru cei căsătoriţi, indiferent de rasă, cultură sau sex, decât pentru cei necăsătoriţi.

Bărbaţii căsătoriţi trăiesc mai mult decât cei singuri, dar tot ei sunt şi mai dornici să moară.

Există studii care arată că oamenii căsătoriţi au parte de o sănătate mai bună decât cuplurile care aleg să trăiască împreună, dar în afara căsniciei. Asta se întâmplă, deoarece mariajul aduce cu sine mai multă securitate emoţională decât concubinajul, mai ales pentru femei, deoarece lumea află că partenerul nu mai e „disponibil”.

Căsătoria înseamnă mai puţin stres şi un sentiment mai mare de siguranţă, ceea ce conduce la un sistem imunitar mai sănătos. Linda Waite, care ocupă funcţia de preşedinte în cadrul Population Research Association of America, a întreprins un studiu în urma căruia a rezultat faptul că atât în cazul bărbaţilor, cât şi în cel al femeilor căsătoria creşte speranţa de viaţă. În medie, bărbaţii căsătoriţi trăiesc cu zece ani mai mult decât cei necăsătoriţi, iar femeile căsătorite, cu patru ani mai mult decât cele necăsătorite. Pe scurt, cei căsătoriţi trăiesc mai mult şi suferă de mai puţine boli decât cei necăsătoriţi.

Până în 2021, în Marea Britanie unul din cinci cupluri va trăi în afara căsniciei, preferând concubinajul.

Cele şapte feluri de iubire

Pentru majoritatea oamenilor, dragostea este un mare mister – mai cu seamă pentru bărbaţi. Bărbaţii nu prea au habar la ce se referă o femeie când foloseşte termenul de „iubire”. Mai întâi îi spune „Te iubesc!”, după care „Îmi iubesc câinele”, iar în faza următoare aflăm că „Iubesc *sushi-u*|” şi că „Iubesc să merg la cumpărături”. Şi astfel bietul de el ajunge să se întrebe pe unde s-ar clasa între un preparat culinar, cumpărătul hainelor şi un labrador.

Sigur că te iubesc, afirmă el sus şi tare. Sunt soţul tău, asta mi-e meseria.

Problema e că majoritatea limbilor moderne au un singur cuvânt pentru a acoperi o paletă foarte largă de emoţii – „dragoste”. În limbile antice existau mai multe categorii de dragoste şi câte un cuvânt diferit pentru a acoperi fiecare înţeles diferit. Anticii perşi aveau 78 de cuvinte, grecii patru, în latină existau cinci,

dar în engleză există unul singur.

În ziua de azi există şapte feluri principale de dragoste:

1. **Dragostea pasională –** atracţie fizică, sentimente sexuale, pasiune şi activitate hormonală.
2. **Dragostea pragmatică –** să îţi iubeşti ţara, slujba, mersul la cumpărături sau pizza.
3. **Dragostea altruistă –** să iubeşti o cauză, o divinitate sau o religie.
4. **Dragostea obsesivă –** gelozie, obsesie, emoţii puternice şi instabile.
5. **Dragostea frăţească –** pentru prieteni, vecini.
6. **Dragostea obişnuită –** pentru tovarăşi de tot felul şi alţi oameni.
7. **Dragostea familială –** sentimente de iubire pentru copii, părinţi, fraţi sau surori.

Aşadar, prima oară când o femeie îi spune unui bărbat „Te iubesc!”, ce ar trebui să creadă acesta? Până acum, relaţia cu ea a fost din punctul lui de vedere excelentă – foarte mult sex, râsete şi voie bună, momente plăcute. Acum bărbatul are în faţă un tablou în care se regăsesc: logodna, căsătoria, socrii, copiii, plictiseala, pierderea oricăror hobby-uri, torturile mentale, monogamia veşnică, burta revărsată şi chelia. Pentru o femeie, dragostea indică monogamie, constituirea unui cămin, o familie, copii – toate priorităţile feminine care îi pot speria pe bărbaţi.

Diferitele noastre hărţi ale dragostei

O „hartă a dragostei” este o schiţă în care sunt incluse lucrurile care credem că ne atrag. Această tabelă de marcaj interioară este folosită de oameni pentru a nota compatibilitatea partenerilor. Cum ne hotărâm de cine suntem atraşi depinde atât de creier, cât şi de un set de criterii formate încă din copilărie. Aceste criterii au la origine lucruri pe care le-am văzut sau experimentat, ca de exemplu, modul în care părinţii noştri au rostit anumite cuvinte sau fraze, ce li se părea lor a fi incitant

sau respingător, ce credeau prietenii noştri din copilărie că era bun sau rău, ce părere aveau profesorii noştri despre recompense şi pedepse, precum şi o mulţime de alte lucruri, aparent minore, cu care am avut de-a face. Oamenii de ştiinţă care studiază felul în care ne alegem partenerul consideră că aceste hărţi ale dragostei încep să se contureze în jurul vârstei de 6 ani şi sunt complet creionate până la vârsta de 14 ani.

Dar două lucruri sunt acum sigure: femeile folosesc resursele bărbaţilor ca etalon pentru evaluarea acestora, în vreme ce pentru bărbaţi contează cât de tânără, frumoasă şi sănătoasă este o femeie.

Când aveaţi patru ani, probabil că vă doreaţi să vă căsătoriţi cu mama, tatăl, bona, fratele sau sora. Oamenii de ştiinţă au descoperit că ne pierdem interesul romantic pentru cei apropiaţi în jurul vârstei de şapte ani, când oamenii care sunt mai depărtaţi de noi, mai distanţi şi mai misterioşi devin mai atractivi. Această aversiune faţă de membrii familiei se produce la nivel chimic în creier, după cum a demonstrat celebrul experiment al „tricoului transpirat”. Mai multor femei li s-a cerut să miroasă tricourile unor bărbaţi pentru a evalua cât de mult se simte atrase de fiecare tricou în parte. Rezultatul a fost limpede: cu cât sistemul imunitar al unui bărbat era mai apropiat de al ei – precum cel al fratelui, unchiului sau tatălui – cu atât mai puţin atrăgător era tricoul respectiv. Cu cât sistemul imunitar al purtătorului era mai diferit de al ei, cu atât mai interesată era femeia de tricoul acela. Acest fenomen a fost observat şi la alte mamifere şi s-a dezvoltat pentru a ne împiedica să ne împerechem cu aceia care sunt prea apropiaţi de noi din punct de vedere genetic, fapt care ar putea conduce la probleme biologice pentru urmaşii nostri. Intră în scenă principiul supravieţuirii celui mai puternic.

Sincronizarea este, de asemenea, un factor puternic în ceea ce priveşte atracţia. Dacă trăiţi suişuri sau coborâşuri emoţionale precum depresia, singurătatea, divorţul sau sărbătorirea unei reuşite, creierul vostru caută oameni care vă pot satisface nevoia de dragoste pe care o aveţi la un moment dat. Atunci

când împrejurările exterioare se schimbă, se modifică şi nivelul hormonilor, iar hărţile dragostei devin active. Pentru acesta e de ajuns şi o schimbare de mediu – studiile au arătat că atunci când oamenii sunt în vacanţă sau la vreo conferinţă care are legătură cu slujba, atunci când sunt entuziaşti, relaxaţi sau se simt eliberaţi de obişnuitele lor obligaţii casnice, nivelul dopaminei din creierul lor creşte, fapt care-i face mai predispuşi pentru a se îndrăgosti sau a se angaja în aventuri amoroase. În ambele cazuri este evident că hormonii sunt de vină.

Felul în care presa şi Hollywoodul dau culoare punctelor noastre de vedere

Actorul este un mincinos de profesie, iar atunci când un actor intră foarte convingător în pielea unui personaj acesta câştigă un premiu Oscar. Hollywoodul implică numai imagini false, pasiune şi strălucire artificială şi amăgitoare şi ne aşteptăm ca bărbaţii şi femeile să recompună aceste imagini în viaţa reală. Actorii dau naştere unor iluzii credibile şi folosesc efecte speciale pe ecran care nu pot fi reproduse în lumea reală. De două generaţii încoace, ni sau tot pompat în minte astfel de imagini artificiale şi drept urmare femeile recurg la măsuri drastice pentru a aduce cu zeiţele desăvârşite de pe marele ecran, în vreme ce de la bărbaţi lumea se aşteaptă să fie mai incitanţi, pasionali şi curtenitori decât au fost ei vreodată de-a lungul istoriei. Când a fost ultima oară când aţi luat cina la un restaurant scump în faţa căruia aţi coborât dintr-o limuzină luxoasă, mirosind a parfum Chanel, purtând haine Versace şi un ceas Rolex, având o coafură perfectă şi un trup divin şi aţi ascultat pe fundal muzica unei orchestre alcătuite din 30 de instrumentişti? Ei bine, asta este imaginea împotriva căreia luptaţi, pe care vă aşteptaţi să o atingeţi.

Acestea sunt modelele de „irealitate” care vi se servesc în mod constant în presa contemporană şi acesta e genul de presiune la care bărbaţii şi femeile din zilele noastre sunt supuşi, deoarece se presupune că la un astfel de nivel ar trebui să ajungă. Numeroase femei sunt amăgite la gândul că ar putea avea un

prototip de Brad Pitt putred de bogat, în timp ce-n realitate au lângă ele un mecanic auto care câştigă un salariu decent. Linia dintre realitate şi ficţiune este tot mai neclară. La începutul unei relaţii, numeroşi bărbaţi, alimentaţi de aşteptările nerealiste ale femeilor, le dau acestora iluzia că pot fi la înălţimea aspiraţiilor, fie şi măcar în parte. Femeile şi-l doresc pe bărbatul din *Zile din viaţa noastră,* deoarece el cunoaşte exact ceea ce-şi doreşte o femeie şi o mulţumeşte mereu.

)))) >)

Cu timpul însă, femeia realizează faptul că bărbatul ei este doar unul ca oricare altul, moment în care se poate instala deziluzia. Aşteptările nerealiste se numără printre motivele cele mai serioase care duc la încheierea unor relaţii.

Femeile sunt bombardate zilnic cu sute de imagini ale „noului model de bărbat” plasat în situaţii romantice amuzante care implică un aşa-zis *macho man* care gândeşte, vorbeşte şi reacţionează ca o femeie. Aceşti bărbaţi au trupuri frumos dăltuite, poartă haine scumpe, au piepturi păroase şi bărbi tăiate atent, şi sunt nerăbdători să le asculte pe femei vorbind despre relaţiile în care sunt implicate şi vieţile lor. Astfel de imagini sunt promovate şi în paginile revistelor pentru femei, astfel încât o doamnă ajunge să creadă că ea este singura care nu are alături de ea un bărbat grozav precum cei din *Tânăr şi neliniştit.* În consecinţă, studiile au arătat că femeile care-şi petrec timpul citind romane de dragoste sau alte ficţiuni de acest fel nu sunt niciodată mulţumite şi fericite cu vieţile lor, deşi alte cercetări au arătat că de regulă acestea au mai multe orgasme decât femeile care nu citesc.

De ce sunt de obicei femeile căsătorite mai corpolente decât cele singure? Pentru că o femeie singură vine acasă, vede ce e în frigider şi se bagă-n pat. Femeia căsătorită vine acasă, vede ce-i în pat şi se-ntoarce la frigider.

De ce este secolul XXI mai dificil pentru bărbaţi

Bărbaţii născuţi înainte de anii '60 sunt printre ultimii care au fost crescuţi fiind convinşi că, pentru a fi atrăgători, trebuie să aibă o slujbă, un hobby şi o magazie afară. Aceştia erau nevoiţi să ţină deschisă uşa unei femei, să nu folosească niciodată un limbaj ireverenţios în preajma vreunei doamne, să bea multă bere şi să-i venereze pe John Wayne şi Cary Grant. În linii mari, cam asta e tot ce i se cerea unui bărbat „adevărat”. John Wayne reprezenta portretul robot perfect pentru bărbaţi, deoarece era dur şi rezistent, rămânând, totuşi, curtenitor cu femeile şi onest.

Un bărbat adevărat n-ar plânge niciodată în public în afara cazului în care priveşte un film în care un câine curajos moare pentru a-şi salva stăpânul. Sau în care Heidi Klum îsi descheie nasturii de la bluză. Sau dacă varsă în mod accidental o cutie plină de bere.

Începând cu anii 1970 şi odată cu dezvoltarea societăţilor occidentale mai feminizate, aşteptările femeilor cu privire la bărbaţi şi la relaţii s-au schimbat. Femeile au acum pretenţii mai mari de la bărbaţi, la care mamele sau bunicile lor nici nu ar fi îndrăznit să viseze. Până în anii '70, femeia trebuia să-şi „găsească un bărbat” pentru a fi întru totul respectabilă din punct de vedere social, să aibă copii „legitimi” sau chiar să poată lua bani cu împrumut. Acum că toate aceste condiţii nu mai există, femeile sunt libere să ceară tot ce-şi doresc de la bărbaţi. Mulţi bărbaţi au încercat să facă faţă provocării şi să se ridice la înălţimea aşteptărilor noi, dar din cauză că de obicei criteriile suplimentare ale femeilor îi cer lui să gândească asemenea unei femei – de pildă, să-şi dea seama când cineva este prost dispus sau deprimat, să vorbească la nesfârşit despre sentimente şi să discute de-a fir a păr diferite probleme fără a găsi o soluţie (aceste lucruri nu sunt fireşti şi înrădăcinate în creierul unui bărbat) – cei mai mulţi au rămas în ceaţă, uluiţi, preferând să se refugieze într- un comportament pe care l-am denumit anterior ca fiind „necizelat” sau „macho”. Aceste comportamente includ obsesia pentru detalii legate de caii putere ai maşinilor, motoare, computere, statistici sportive, toate acestea combinate cu câteva, dacă există şi acelea,

abilităţi personale de comunicare. Societăţile feminizate din ziua de azi nu prea acceptă acest comportament al bărbaţilor şi încearcă să-l definească drept o boală. Unii bărbaţi sunt etichetaţi ca fiind bolnavi mintal când, de fapt, aceştia nu fac altceva decât să afişeze forme acute de comportament masculin sau au fost prost educaţi şi crescuţi de părinţi.

În sistemul educaţional actual, profesorii copiilor mici sunt aproape în exclusivitate femei. Ele îi încurajează pe băieţi să-şi rezolve problemele prin „discuţii" şi să se „joace frumos", lucruri care se deosebesc complet de ierarhizări, încăierări, trânte sau alegerea unor lideri, lucruri înrădăcinate adânc în creierul masculin. Bărbaţii profesori sunt foarte puţini, dacă nu chiar lipsesc cu desăvârşire. Toate acestea contribuie la confuzia noilor generaţii de tineri bărbaţi care nu mai ştiu precis ce înseamnă masculinitatea.

Din nefericire, ştacheta care marchează aşteptările pe care le are o femeie de la un bărbat este ridicată an de an de presă şi de Hollywood, atât de mult încât unii bărbaţi pur şi simplu au renunţat să se mai străduiască. De la femei ne aşteptăm să se ridice la nivelul imaginilor vedetelor pe care păşesc pe covorul roşu, imagini care apar pe copertele revistelor pentru femei, dar este încă şi mai dificil pentru bărbaţi, deoarece revistele pentru femei cel puţin le arată doamnelor cum se presupune că ar trebui să arate – revistele pentru bărbaţi, nu. Noul mascul perfect al secolului XXI ar trebui să fie un luptător la locul de muncă, o minunăţie metrosexuală când vine vorba de haine, gătit şi decoraţiuni, un armăsar în dormitor, un pachet de muşchi în sala de gimnastică, un tată perfect, un prieten care adoră să asculte femeile vorbind despre problemele lor şi un tip sensibil care varsă o lacrimă când se uită la *Prietenele* sau la *Romeo şi Julieta.* Din nefericire pentru majoritatea femeilor, acest soi de bărbat de obicei are prieten.

În timp ce lista cerinţelor pentru bărbatul perfect al secolului XXI creşte în permanenţă, numeroşi bărbaţi îşi găsesc adăpost în meciuri de fotbal, curse de maşini, baruri, locuri unde bărbaţii se mai pot încă purta firesc în faţa altor bărbaţi. Pentru femei e

simplu: se duc la cumpărături şi mănâncă ciocolată.

Rezumat

Trăim astăzi într-o lume în care relaţiile sunt mai dificil de început şi mai greu de continuat decât era cazul cu generaţii în urmă. Aşteptările bărbaţilor şi femeilor de la reprezentanţii sexului opus au ajuns la cote mai mari ca oricând, iar părinţii nu prea ştiu cum să ne sfătuiască. Totuşi, iubirea altora şi iubirea pentru alţii sunt la fel de vitale pentru oameni, pentru sănătatea şi supravieţuirea lor ca-ntotdeauna. Ne aşteptăm de la bărbaţi ca în unele situaţii să fie înţelegători, blânzi şi feminini, în timp ce în altele să se comporte îndrăzneţ şi masculin, iar de la femei avem pretenţia să se descurce singure şi să ştie cum să folosească un sistem GPS. Aceste lucruri nu au făcut niciodată parte din fişa postului strămoşilor noştri. Dacă înţelegeţi cine suntem şi de unde venim, veţi putea dezvolta cu uşurinţă strategii de succes pentru a atrage reprezentanţi ai sexului opus şi a vă descurca cu aceştia. În primul rând, însă, trebuie să înţelegeţi ce doreşte *cu adevărat* sexul opus de la dragoste şi sex şi de asta ne vom ocupa în următoarele două capitole.

- **Deşi în ultimul secol societatea s-a schimbat radical, nevoile şi motivaţiile noastre au rămas neschimbate de sute de mii de ani.**
- **Mijloacele mass-media au produs pentru bărbaţi şi femei aşteptări nerealiste în ceea ce priveşte relaţiile. Nimeni nu e perfect şi a încerca să cauţi pe cineva perfect sau a te strădui să-ţi schimbi partenerul este o reţetă sigură pentru dezastru.**
- **Înţelegerea motivaţiilor noastre străvechi este cheia unei relaţii fericite.**

Note:
1 Williams (1975). *(N. a.).*

CAPITOLUL 3
Ce-şi doresc femeile cu adevărat

Fără să-şi dea seama, multe mame îşi pregătesc copiii să fie nişte parteneri şi soţi îngălaţi. Băiatul învaţă că mama îl va iubi indiferent de ce face sau ce nu face. Ea l-a învăţat că nu e nevoie să-şi pună hainele în ordine şi nici să o întrebe ce a făcut în ziua respectivă. Nu trebuie să o invite la cină şi nu e nici măcar nevoit să-i vorbească politicos. Mama lui îl învaţă că dragostea ce-l leagă de o femeie este ca o stradă cu sens unic şi că el nu trebuie să facă nimic pentru ea ca să fie fericit. Din acest motiv, când se mai potoleşte năvala hormonilor care însoţeşte orice nouă relaţie – după cum se întâmplă în mod inevitabil – romantismul se risipeşte,

pasiunea dispare şi sexul se răreşte. El nu era nevoit să îi dovedească în permanenţă mamei dragostea lui – era de la sine înţeles că asemenea sentimente există – aşa că de ce această nouă femeie ar avea nevoie mereu de dovezi de iubire? La început este evident că noua dragoste şi-a intrat deja într-un rol matern din moment ce începe să-i spele hainele, să-l bată la cap spunându-i ce ar trebui să facă în viaţă şi să-i spună ce să mănânce, dar niciun bărbat nu e prea încântat de ideea de sex cu mama lui. înţelegeţi că singura dată când o femeie poate schimba cu succes un bărbat este atunci când e-n scutece.

Când încercaţi să schimbaţi un bărbat, preluaţi rolul mamei lui, iar ea e cea care l-a silit să mănânce spanac şi să-şi facă temele.

Nevoile de schimbare pentru femei

Femeile din ziua de azi îşi doresc cu mult mai mult de la o relaţie decât şi-ar fi putut închipui strămoşii noştri. Pentru a demonstra cât de mult s-au schimbat lucrurile, iată un fragment despre sex dintr-un manual intitulat *Economie casnică* scris, în 1963, de o femeie, pentru tinere femei:

Când vă retrageţi spre dormitor, pregătiţi-vă de culcare cât mai repede cu putinţă. Deşi igiena feminină este de o importanţă vitală, soţul vostru obosit nu vrea să stea la coadă şi la baie, aşa cum face, de pildă, la gară. Dar amintiţi-vă să arătaţi cât se poate de bine când vă băgaţi în pat. încercaţi să afişaţi o înfăţişare caldă şi primitoare, dar fără ostentaţie. Dacă este nevoie să folosiţi creme de faţă sau bigudiuri, aşteptaţi ca el să adoarmă, deoarece altminteri ar putea fi şocant pentru un bărbat ca ultimul lucru pe care-l vede înainte de somn să fie un asemenea tablou. în ceea ce priveşte posibilitatea relaţiilor intime cu soţul vostru, amintiţi-vă jurămintele conjugale şi mai ales angajamentul pe care vi l-aţi luat de a asculta de bărbat.

Dacă el simte nevoia de a adormi pe loc, atunci aşa să fie. în toate, lăsaţi-vă conduse de dorinţele bărbatului vostru; nu faceţi presiuni de nicio formă asupra lui pentru a încuraja manifestările intime. Dacă soţul dumneavoastră sugerează acuplarea, respectaţi cu smerenie decizia şi în tot acest timp ţineţi minte că satisfacţia unui bărbat este mai importantă decât cea a unei femei. în momentul în care el atinge momentul împlinirii, un geamăt înfundat din partea voastră este de ajuns şi încurajator pentru el pentru a-i indica satisfacţia pe care o veţi fi simţit. în cazul în care soţul vostru sugerează vreo practică mai puţin obişnuită, nu vă plângeţi şi supuneţi-vă, dar alegeţi să vă exprimaţi îndoielile prin păstrarea tăcerii în tot acest timp.

Foarte probabil după aceea soţul vostru va adormi pe dată, aşa că învioraţi-vă un pic, aranjaţi-vă hainele, folosiţi crema de faţă şi produsele pentru aranjarea părului. Apoi

puteţi pune ceasul să sune astfel încât să vă treziţi de dimineaţă cu puţin timp înaintea lui. Astfel veţi putea să-i pregătiţi cana matinală de cafea, astfel încât să fie numai bună de băut când se trezeşte.

Unii bărbaţi care citesc aceste rânduri s-ar putea să-şi dorească întoarcerea la acele timpuri; de fapt, unii bărbaţi sunt convinşi că textul de mai sus este destul de corect şi de bun-simţ. Totuşi femeile din secolul XXI caută mult mai multe lucruri la o relaţie decât mamele sau bunicile lor, deoarece în acele timpuri şi circumstanţele erau altele. În vreme ce la femeile din ziua de azi continuă să existe preferinţe puternic înrădăcinate în ceea ce priveşte bărbaţii, totuşi ele s-au îndepărtat foarte mult de felul de a fi al precursoarelor. În vreme ce creierul a rămas puternic înrădăcinat în trecut, societatea modernă le îngăduie şi se aşteaptă de la ele acum să facă alegeri şi să ia decizii cu care generaţiile trecute nu s-au confruntat.

Mamele încă îşi sfătuiesc fiicele să poarte lenjerie curată, nepătată şi fără găuri, pentru cazul în care ar putea fi implicate într-un accident de maşină. Oare, mamele se gândesc că fiicele lor vor fi duse la un spital după ce îşi vor fi pierdut cunoştinţa, loc în care personalul medical le va ridica fustele şi se va amuza pe cinste?

Mama mi-a spus să „văd ce aleg”

În anii '50, 60% dintre femei îşi pierdeau virginitatea cu bărbatul cu care erau logodite sau cu care aveau să se căsătorească. Astăzi, procentul acestora este de numai 1%. Una din cinci femei născute în Occident sau în Europa după 1960 nu are copii – până în 1960 femeile care erau fertile aveau copii, deoarece existau puţine mijloace contraceptive disponibile –, iar acum peste 2 000 000 de femei divorţează anual în China. O femeie de douăzeci şi ceva de ani din zilele noastre este la fel de posibil să aibă în poşetă un prezervativ, după cum are mereu la ea un ruj. Femeile care caută acum sexul de obicei caută şi o sporire a respectului de sine.

În SUA, 42% dintre femeile care au salarii foarte bune nu au copii, iar 14% dintre acestea afirmă că nici nu vor să aibă copii.

Până la vârsta de 30 de ani, cele mai multe dintre tinerele femei au avut trei sau mai mulţi parteneri sexuali. Aceste femei s-au folosit de vremea când aveau în jur de 20 de ani pentru a se descoperi pe sine, iar acum îşi fac un cămin şi o familie. Majoritatea revistelor pentru femei ţintesc un public feminin de douăzeci şi ceva de ani cu întrebări legate de tehnici şi de sexualitate. Rareori, se mai găseşte în ziua de azi vreo revistă pentru femei pe coperta căreia să nu stea scris „sex” sau „orgasm”, iar în toaletele pentru femei se găsesc automate cu prezervative. Şi totuşi, în serialele de televiziune încă sunt înfăţişate cupluri care se căsătoresc după vreo şase episoade, sugerându-se astfel ideea că dragostea şi pasiunea sunt într-un fel validate prin căsătorie. Dilema cu care se confruntă femeile din ziua de azi este că majoritatea bărbaţilor s-au schimbat foarte puţin şi nu se potrivesc mai deloc cu cei portretizaţi la televizor sau în filme. Numeroşi bărbaţi au încă atitudini similare celor ale părinţilor şi înaintaşilor lor şi nu doresc câtuşi de puţin să iasă din această zonă masculină de confort conturată de muncă şi sport.

Din mijloacele mass-media din ziua de azi, femeile află că este permis un comportament cunoscut înainte sub numele de promiscuitate, şi totuşi, în acelaşi timp, femeile din prezent sunt interesate, poate chiar obsedate de relaţii permanente şi după toate aparenţele nu se pot sătura să afle mai multe despre cupluri celebre precum cele alcătuite din David şi Victoria Beckham sau Brad Pitt şi Angelina Jolie.

Fetele vor numai să se distreze

Cu toate acestea, femeile care conduc revoluţia sexuală a zilelor noastre nu au în jur de 20 de ani, ci aproximativ 40. Au o carieră pe care au început să şi-o construiască pe când aveau puţin peste 30 de ani şi de obicei au copii destul de mari şi tot mai independenţi. Numeroase femei s-au hotărât că nu mai au nevoie de căsătorie şi că nu-şi doresc să rămână prizoniere într-o relaţie plictisitoare şi lipsită de iubire.

Pentru multe femei, căsătoria nu mai este pe viaţă. Viaţa e prea lungă. Căsătoria se încheie din dragoste.

Instituţia tradiţională a căsătoriei le oferea femeilor un statut social şi un anumit nivel de siguranţă şi încredere, deoarece, până prin anii '70, capul celor mai multor familii era bărbatul – cel care punea pâinea pe masă –, astfel încât femeile aveau şi un beneficiu financiar. Căsătoria tradiţională nu le mai oferă femeilor asemenea avantaje pentru că ele pot acum să-şi câştige singure resursele necesare, să atingă statutul dorit, iar o căsnicie se poate încheia peste noapte.

O treime din femeile din SUA câştigă mai mulţi bani decât soţii lor.

Pe lângă noile circumstanţe sociale în care se regăsesc femeile din prezent, înţelegerea felului în care au evoluat femeile din timpuri străvechi ne va permite să pricepem felul în care femeile de azi gândesc, reacţionează şi ce valorizează ele într-o relaţie. Mai mult decât orice altceva femeile pun preţ pe dragoste şi îşi măsoară succesul şi valoarea personală în funcţie de cât de puternice sunt relaţiile lor. Pe de altă parte, bărbaţii îşi măsoară succesul şi valoarea personală prin lucrurile pe care le obţin sau reuşesc să le îndeplinească. Femeile din timpuri străvechi au evoluat astfel încât să aibă grijă de bărbaţi şi să le ofere dragoste pentru că de aceste lucruri era nevoie pentru a avea siguranţa hranei, protecţiei şi garanţia supravieţuirii, acesta era târgul. O femeie care nu era în stare să-şi facă bărbatul să o iubească putea fi alungată din peşteră, ajungând astfel la mila vrăjmaşilor sau în ghearele animalelor sălbatice. Femeile îi îngrijeau şi îi iubeau pe copii, astfel încât aceştia să poată creşte o nouă generaţie, iar moştenirea genetică să fie dusă mai departe. Unii bărbaţi nu se mai întorceau de la vânătoare sau din războaie, astfel încât femeile erau nevoite să ofere şi să primească dragoste de la semenele lor; pentru a supravieţui aveau nevoie de sprijinul unui grup.

Acesta a fost modul lor de viaţă timp de sute de mii de ani, iar această situaţie s-a schimbat, din punct de vedere evoluţionist,

practic peste noapte. Pentru prima oară introducerea pilulelor contraceptive le îngăduia femeilor să aleagă între slujbă şi a avea copii. Mişcarea feministă din anii '60 le-a îngăduit femeilor să gândească şi să acţioneze în mod independent, putând lua singure propriile decizii. Începând cu anii '80 şi '90, femeile s-au bucurat de egalitate de şanse, astfel fiind posibil să acceadă la noi poziţii de putere şi influenţă. Cu toate acestea, mintea unei femei din secolul XXI, independentă, încrezătoare, care se descurcă pe cont propriu, este încă infestată de dorinţa primară de a avea alături un bărbat pentru a se simţi împlinită şi în siguranţă. Această nevoie primordială îi strecoară în suflet noii femei sentimente de insecuritate, îndoială sau chiar vină, iar aceasta nici nu are habar care este cauza acestor trăiri. Aceasta este problema – a fost nevoie de 1 000 000 de ani pentru ca unei femei să i se întipărească în creier anumite sentimente şi reflexe, pe care le are şi în ziua de azi, dar schimbările cu privire la locul ei în lume s-au petrecut în mai puţin de 50 de ani. Biologia ei şi mediul se înfruntă.

Un bărbat de succes este acela care câştigă mai mulţi bani decât poate cheltui femeia lui. O femeie de succes este aceea care este în stare să găsească un asemenea bărbat.

Adevărul despre ce-şi doresc femeile

În sfârşit, cercetătorii descoperă adevăratele lucruri pe care femeile le doresc de la bărbaţii lor, iar aceste lucruri nu coincid întotdeauna cu ceea ce ele pretind că-şi doresc. O femeie din secolul XXI îşi doreşte cu adevărat de la un bărbat exact aceleaşi lucruri pe care şi le doreau şi femeile din timpuri străvechi – bune calităţi de vânător şi resursele necesare pentru a reuşi să aducă hrană şi să le ofere protecţie lor şi celor mici. Drept urmare, femeile din ziua de azi îşi doresc bărbaţi care să aibă bani, educaţie, un dezvoltat simţ al umorului, un anumit statut social, autoritate – toate acestea indicând faptul că bărbatul respectiv are resurse bune. De aceea, femeile sunt atrase de bărbaţi care sunt ambiţioşi, inteligenţi, muncitori, motivaţi şi

care sunt respectaţi de ceilalţi.

Femeile din ziua de azi doresc exact acelaşi lucru pe care şi l-au dorit dintotdeauna: resurse.

Femeile din cele mai vechi timpuri îşi doreau bărbaţi mai înalţi, mai în vârstă decât ele, cu trunchiul în formă de trapez şi care aveau o bună coordonare fizică – toate acestea fiind indicii asupra faptului că bărbatul respectiv este în stare să vâneze şi să ofere protecţie. Chiar şi în lumea noastră, corectă politic şi chipurile lipsită de prejudecăţi a secolului XXI, femeile continuă să prefere un bărbat cu pieptul frumos lucrat, lat în umeri – dar nu din cale-afară, pentru că asta ar putea fi semn de egoism sau orgoliu –, iar nişte pătrăţele abdominale frumos conturate ar fi un minunat bonus. Aceste calităţi ar fi excelente pentru a vâna şi a prinde un bizon sălbatic, sau pentru a căra lucruri grele sau a omorî păianjeni, dar în zilele noastre, în secolul XXI, sunt în mare parte irelevante pentru un bărbat.

Atracţia pe care o manifestă femeile faţă de aceste însuşiri fizice arată cât de profund înrădăcinate sunt aceste convingeri, ele dorindu-şi exact aceleaşi lucruri pe care şi le doreau femeile din timpuri străvechi.

Aşadar, într-un cuvânt, femeile şi bărbaţii doresc *resurse.* Cel mai important, o femeie va fi atrasă de acel bărbat care va împărţi aceste resurse cu ea şi copiii ei.

Nu e doar o maimuţăreală

În 2009, s-a descoperit faptul că şi femelele unor specii de primate îi aleg mai cu seamă pe acei parteneri care împart cu ele resursele. Cristina Gomes şi colegul ei Christophe Boesch de la Institutul Max Planck pentru Antropologie Evoluţionistă din Germania au studiat comportamentul cimpanzeilor din Rezervaţia Tai Forest (Coasta de Fildeş) descoperind că cimpanzeii se implicau în „târguri” în care primeau sau ofereau carne contra sex. Au fost ţinuţi sub observaţie masculii

cimpanzei, numărându-se de câte ori au plecat la vânătoare şi cât de des întreţineau relaţii sexuale. Masculii care îşi împărţeau carnea cu femelele care nu erau „în călduri” îşi dublau numărul întâlnirilor sexuale cu acele femele. Astfel, creştea probabilitatea fertilizării femelelor, iar acestea beneficiau de cantităţi mai mari de mâncare.

Dr. Gomes a afirmat că, în sfârşit, acest studiu dezvăluia legătura dintre bunele abilităţi de vânător şi succesul în ceea ce priveşte reproducerea în rândul primatelor.

Dar este nevoie de timp pentru ca o femeie să evalueze dacă un bărbat are sau nu resurse suficiente. Poate să fie nevoie de trei întâlniri, trei săptămâni sau trei luni. Din acest motiv femeile se îndrăgostesc mai încet decât bărbaţii şi din pricina unui nivel mai ridicat de oxitocină, sentimentele afective sunt mai profunde. Uitaţi de modelul bărbatului metrosexual, care merge la coafor pentru a se tunde şi a-şi face manichiura, plânge când se uită la *Titanic* şi căruia îi place să vorbească la nesfârşit despre viaţa lui amoroasă. O fi el un prieten extraordinar, dar nu este un partener serios, pe viaţă. Dar una peste alta, concluzia e că femeile îşi doresc bărbaţi care le pot pune la dispoziţie *resurse*.

Principalul criteriu al atractivităţii unui bărbat sunt resursele, acestea constituind cel mai puternic stimul motivaţional feminin încă din vremuri străvechi. S-a demonstrat că acesta este la fel de puternic precum teama înnăscută a femeii de şerpi şi de înălţimi.

Femeia din ziua de azi îşi doreşte tot un bărbat care are ce să-i ofere şi care o poate proteja — mai simplu spus, care are acces la resurse.

Dr. David Buss, profesor de psihologie la Universitatea din Texas, conduce Departamentul de Diferenţe Individuale şi Psihologie Evoluţionistă. Într-un efort fără precedent care vizează evaluarea împerecherii umane, acesta a condus cel mai amplu studiu intercultural privind preferinţele oamenilor în ceea ce priveşte alegerea unui partener, adunând răspunsuri de la 10 047 de subiecţi din 37 de culturi diferite. Cercetările lui au

acoperit atât societăţi moderne, cât şi primitive, dominate de socialism, comunism, capitalism, monogamie, poligamie şi toate credinţele religioase. S-a descoperit că femeile puneau preţ de două ori mai mult pe resurse decât bărbaţii. Cercetările sale au confirmat informaţiile indicate de toate testele de acest tip desfăşurate după 1930: pentru femei perspectivele financiare ale bărbatului contează de două ori mai mult decât contează pentru un bărbat perspectivele financiare ale femeii.

Dintotdeauna femeile au avut nevoie să poată identifica acele indicii care dovedesc resursele unui bărbat sau potenţialul acestuia de a le obţine. De asemenea, Buss a evaluat 1 491 de cetăţeni americani folosind aceleaşi teste utilizate în anii '30 – femeile pun preţ pe resursele unui bărbat. Am studiat 1 295 de anunţuri din paginile rubricilor de matrimoniale ale ziarelor şi revistelor, ajungând la concluzia că femeile enumeră resursele de 11 ori mai des decât bărbaţii, printre calităţile dorite la partener. În vreme ce bărbaţii cereau de la femei tinereţe şi sănătate, femeile căutau resurse şi „sinceritate”, ceea ce se traduce prin angajamentul împărţirii resurselor.

Femeile sunt atrase de bărbaţii cu o poziţie înaltă, deoarece statutul este un semn limpede al abilităţii bărbatului de a controla resurse. De aceea, este firesc să vedeţi un boxer cu faţa cât se poată de şifonată, înconjurat de femei tinere şi atrăgătoare. Aceste femei nu trebuie să fie neapărat inteligente, cât mai ales tinere şi atrăgătoare – ceea ce înseamnă că au un potenţial de a duce mai departe bagajul genetic. Gândiţi-vă la Hugh Hefner în reşedinţa Playboy.

Toate chestionarele care au vizat preferinţele bărbaţilor şi ale femeilor în alegerea unui partener au arătat că femeile indică în mod constant statutul social al bărbatului, prestigiul, puterea, poziţia şi perspectivele financiare printre calităţi, în vreme ce bărbaţii trec astfel de atribute în coada listei când vine vorba de alegerea unei partenere[2]. Femeile caută cu precădere aceste calităţi la un bărbat pe care şi-l doresc partener pe termen lung, dar nu le consideră atât de importante în cazul unui partener într-o aventură trecătoare. Studiile au demonstrat şi faptul că

femeile pun mare preţ pe educaţie ca indicator al resurselor, confirmând adevărul unui vechi stereotip potrivit căruia e mai bine să te măriţi cu un doctor sau un avocat. Cu alte cuvinte, el n-are resurse acum, dar le va avea în curând. Buss a descoperit că femeile din orice cultură consideră mai importante resursele în evaluarea partenerului decât bărbaţii, cu până la 38% mai mult în cazul femeilor din Germania, cu 63% pentru cele din Taiwan şi cu 87% în cazul indiencelor.

Femeile de pretutindeni se plâng că sunt disponibili prea puţini burlaci care merită să fie luaţi în seamă. Şi totuşi, fiecare cafenea, restaurant, discotecă, clădire de birouri sau club angajează bărbaţi singuri faţă de care aceste femei nu manifestă niciun interes. Acest lucru se petrece, deoarece criteriul feminin de alegere a „burlacilor ce merită să fie luaţi în seamă” este ca bărbatul să aibă suficiente resurse – sau să aibă potenţialul de a le obţine – pentru a avea cum să întreţină o femeie şi odraslele ei, şi puţine femei cred că vor da peste un asemenea bărbat care serveşte cafea într-un bar, aşa că au tendinţa să nu-l bage în seamă.

În general, femeile nu-i iau în seamă pe bărbaţii care au locuri de muncă prost plătite.

Bărbaţii avuti le oferă femeilor mai multe orgasme

În 2008, psihologul evoluţionist dr. Thomas Pollett, de la Universitatea din Newcastle, şi colegul său, profesorul Daniel Nettle, au condus o serie de cercetări în urma cărora a rezultat că plăcerea pe care o au femeile când fac dragoste depinde în mod direct de mărimea contului din bancă al partenerului şi de resursele de care acesta dispune. Cu cât este mai bogat un bărbat, cu atât mai frecvente sunt orgasmele la care ajunge partenera sa. Pollet şi Nettle au intervievat 1 534 femei din China care erau implicate în relaţii cu parteneri bărbaţi şi au analizat în amănunt interviuri privind vieţile private ale

acestora, incluzând aici întrebări despre vieţile lor sexuale, despre venituri şi alţi factori.

S-a descoperit că dintre acestea 121 (7,9%) aveau mereu orgasm, 408 (26,6%) aveau adeseori, 762 (49,7%) aveau uneori, iar 243 (15,8%) atingeau plăcerea maximă rar sau niciodată. Aceste cifre sunt foarte apropiate de cele valabile pentru femeile din Europa şi din ţările occidentale. De asemenea, cercetătorii au descoperit că frecvenţa orgasmelor unei femei creştea odată cu venitul sau averea partenerului. Deşi mulţi alţi factori influenţau frecvenţa orgasmelor la femei, banii erau cu siguranţă cel mai puternic.

Cu cât venitul şi resursele unui bărbat sunt mai ridicate, cu atât creşte frecvenţa orgasmelor unei femei.

Aceste descoperiri se potrivesc foarte bine cu toate concluziile formulate de noi în cartea TZ*e Definitive Book of Body Language.* Am discutat despre frecvenţa orgasmelor la femei în funcţie de simetria corporală a bărbatului şi de atractivitatea acesteia, iar studiul lui Pollet şi Nettle arată cum resursele unui bărbat sunt un stimul încă şi mai puternic decât înfăţişarea lui.

Pollet, Nettle şi David Buss cred la unison că orgasmele feminine au evoluat, astfel încât să le permită femeilor să dezvolte o puternică legătură emoţională cu masculi de bună calitate, semnalând astfel bărbatului că este satisfăcută din punct de vedere sexual şi astfel nu este cazul să facă sex cu alţi bărbaţi, astfel încât el ar trebui să investească într-un viitor alături de ea şi de copiii ei. Una peste alta, concluzia este că bărbaţii cu mai multe resurse sunt parteneri mai doriţi şi le provoacă femeilor mai multe orgasme.

Topul celor cinci lucruri pe care femeile le doresc de la bărbaţi

Femeile au dorit dintotdeauna să aibă alături bărbaţi cu resurse sau care au un bun potenţial de a agonisi resurse, astfel încât şi-au dezvoltat strategii nu doar pentru a evalua dacă un bărbat

poate obţine resurse, dar şi dacă este dispus să le împartă. În esenţă, femeile au alcătuit o listă mentală de comportamente care indică disponibilitatea unui bărbat de a-i dedica partenerei resursele de care dispune. Numai masculii umani îşi împart resursele cu femelele. Alte femele ale unor specii de primate sunt nevoite să-şi caute singure hrană şi protecţie.

Biologii şi psihologii evoluţionişti care studiază strategiile de împerechere ale oamenilor au ajuns la concluzia că femeile de pretutindeni împărtăşesc aceleaşi convingeri cu privire la calităţile pe care şi le doresc de la bărbaţii lor. Iată primele cinci lucruri pe care femeile afirmă că le doresc de la bărbaţi:

1. Dragoste
2. Loialitate
3. Bunătate
4. Angajament
5. Educaţie şi inteligenţă

1. Dragostea

Dacă studiaţi cu atenţie această listă veţi observa că toate elementele se leagă de ceea ce femeile denumesc „dragoste”. O femeie doreşte să i se reamintească în fiecare zi că este iubită şi adorată şi are nevoie drept dovadă de vorbele şi intimitatea lui. Pe lista lucrurilor pe care o femeie îşi doreşte să le audă se află „Te iubesc”, sintagmă formulată în cât mai multe feluri cu putinţă, precum „Cât de frumoasă eşti”, „Ai pregătit o masă minunată”, „Ai procedat foarte bine” sau vreun telefon neaşteptat din partea lui pentru a-i spune că se gândeşte la ea. Gestul de a-ţi arăta aprecierea faţă de orice face o femeie în casă este decodificat ca o expresie a iubirii, iar dragostea implică faptul că un bărbat este disponibil să-şi împartă resursele cu femeia lui. În cazurile unor divorţuri, femeile adeseori se plâng de faptul că bărbaţii le iau ca atare şi nu îşi arată niciodată aprecierea faţă de eforturile pe care ele le investesc în diferitele munci casnice. Acest lucru se întâmplă, deoarece un bărbat crede că eforturile sale de a fi principala

persoană care pune pâine pe masă (şi cei mai mulţi dintre bărbaţi îndeplinesc încă acest rol), de a repara lucruri stricate prin casă, de a rezolva probleme sau de a schimba becuri arse sunt suficiente dovezi de apreciere şi de dragoste.

Femeile cred că dacă un bărbat iubeşte cu adevărat o femeie, acesta ar trebui să o arate zi de zi prin vorbe *şi* prin acţiuni. Femeile doresc dovezi de dragoste zilnice. Acest concept este dificil de priceput pentru un bărbat, deoarece el îşi arată expresia dragostei pe care i-o poartă „făcând lucruri" pentru ea. Va tunde gazonul, va vărui casa, îi va repara maşina, o va scoate la film, va merge la muncă şi va achita ipoteca. Creierul unui bărbat este astfel organizat încât să îşi măsoare propria valoare şi contribuţie prin ceea ce face sau agoniseşte, nu prin ceea ce spune sau simte.

„ Când am ajuns aseară acasă, soţia mi-a cerut să o duc intr-un loc scump. Aşa că am dus-o la o benzinărie şi imediat a şi-nceput cearta. „

În cartea *Why Men Dont Have a Clue* & *Women Always Need More Shoes* am arătat felul în care creierul femeilor este mai bine organizat în ceea ce priveşte abilităţile lingvistice decât cel al bărbaţilor şi cum pentru femei cuvintele sunt o formă de preludiu. Bărbaţii trebuie să înţeleagă faptul că femeile au nevoie să audă cuvinte concrete de apreciere şi de dragoste pentru a crede că aceste sentimente sunt adevărate şi au nevoie de acest lucru zilnic. Amintirea anumitor date precum zile de naştere sau aniversări joacă, de asemenea, un rol important în evaluarea pe care o femeie o face pentru dragostea unui bărbat. Oferirea de cadouri, oricât de mici, îi spune unei femei cât de mult o iubeşte bărbatul – şi cu cât mai simplu, cu atât mai bine: printre campioni se numără o mică floare de grădină sau un bilet de dragoste ori o felicitare scrise de mână. Ideea este că *acţiunile* bărbatului sunt esenţiale, nu cadoul în sine. Cei mai mulţi dintre bărbaţi totuşi simt că un cadou ar trebui să fie consistent sau scump, deoarece astfel se măsoară în ochii lor valoarea unui dar. Pentru o femeie, o floare ruptă din grădină

poate fi un cadou mai profund decât un prăjitor de pâine electric. Doisprezece trandafiri pot fi consideraţi un frumos ornament pentru casă, dar nu există niciun dubiu cu privire la cât de mult înseamnă un singur trandafir în mintea unei femei.

2. Loialitatea

Fidelitatea oferă fagăduiala că un bărbat va continua să-şi împartă resursele cu o femeie, dar definiţia pe care o femeie o dă infidelităţii diferă foarte mult de cea a unui bărbat. Bărbatul este preocupat de faptul că ea ar putea face sex cu altcineva, şi drept urmare el ar putea ajunge să investească timp în creşterea copilului unui alt bărbat. Principala îngrijorare a unei femei vizează legătura emoţională dintre un bărbat şi cea cu care flirtează. De aceea, prima ei întrebare este „O iubeşti pe femeia asta?" Cu alte cuvinte: „Îţi vei împărţi resursele cu ea?" Problema actului sexual propriu-zis pe care poate că bărbatul l-a avut cu ea nu este chiar extrem de importantă. Dacă un bărbat afirmă „Nu, a fost sex şi-atât", rareori va fi crezut, din cauza faptului că femeile nu pot pricepe cum poţi face sex cu cineva fără a avea o legătură emoţională. Dar pentru bărbaţi este foarte simplu. Aceştia îşi pot delimita foarte clar conceptele în minte, astfel încât sexul să fie doar sex, şi dragostea, dragoste. Pentru femei, însă, concluzia este că sexul echivalează cu dragostea, iar asta implică redirecţionarea resurselor sale. Dacă un bărbat îi jură credinţă, femeia simte că acesta nu-şi va împărţi resursele cu nimeni altcineva.

3. Bunătatea

Potrivit cercetărilor desfăşurate de dr. Buss, bunătatea ocupă locul al treilea printre calităţile dorite de femei din 32 de culturi diferite, deoarece această calitate simbolizează angajamentul. Principalul lucru pe care-l poate oferi o femeie este posibilitatea reproducerii, aşadar, ea este foarte atentă cui îi va face acest favor, printre calităţile necesare ale „celui ales" numărându-se dragostea, sinceritatea, generozitatea şi bunătatea. Femeile din timpuri străvechi preferau bărbaţii generoşi şi-i evitau pe cei strânşi la pungă pentru că cei mai generoşi le puteau oferi resurse şi protecţie, atât lor, cât şi odraslelor lor, crescând astfel

şansele de supravieţuire.

Femeile care au propriile resurse, putere şi un statut social respectabil caută la rândul lor bărbaţi care au resurse proprii. Buss a descoperit că aproape toate femeile, indiferent de cultură, manifestau o puternică preferinţă pentru bărbaţi de succes din punct de vedere financiar, iar femeile potente din punct de vedere financiar arătau o preferinţă încă şi mai mare pentru astfel de bărbaţi, deoarece ele doresc un bărbat chiar mai puternic decât ele. Din această pricină foarte rar veţi vedea o femeie bogată, puternică, de succes alături de un bărbat complet ratat. Am coordonat un studiu având ca subiecţi 624 de femei europene aflate în funcţii manageriale şi de conducere, rezultând că 86% dintre acestea nu ar fi interesate de un bărbat mai puţin „de succes” decât ele, 9% ar lua în calcul această variantă şi numai pentru 5% nu ar conta în vreun fel acest amănunt.

Aşadar, cum se potrivesc cu aceste descoperiri actriţele celebre trecute de prima tinereţe care se cuplează cu bărbaţi mult mai tineri? Acestea sunt de regulă femei mai în vârstă, de succes care au o slăbiciune pentru bărbaţi mai tineri. În primul rând, din punct de vedere evoluţionist aceste legături sunt lipsite de valoare, deoarece femeile şi-au pierdut capacitatea de reproducere, pe când cu totul altfel stau lucrurile cu un bărbat de 60 de ani care este cuplat cu o femeie de 25. Pentru fiecare cinci femei de peste 60 de ani există numai trei bărbaţi de o vârstă apropiată, astfel încât posibilităţile unei femei mai în vârstă sunt mai limitate, pe când bărbaţii mai bătrâni preferă femei mai tinere – dacă este cu putinţă, ar alege cu siguranţă o femeie de 35 de ani în locul alteia de 60. O femeie mai în vârstă se poate simţi din nou ca la prima tinereţe alături de partenerul ei mai tânăr, dar un bărbat tânăr va intra într-o astfel de combinaţie numai pentru beneficiile pe care le-ar putea avea – bani, putere şi notorietate. Cu alte cuvinte, ea are resurse – bani, statut social, putere, legături – şi ar dori şi el să aibă parte de acestea, dacă se poate. Asta nu înseamnă că un cuplu alcătuit dintr-o femeie mai bătrână şi un bărbat mai tânăr nu poate

rezista – unele chiar rezistă –, cele mai multe însă nu.

A 17-a regulă în dragoste pentru bărbaţi.
Trebuie să afişaţi o îngrijorare profundă şi să vă manifestaţi tristeţea în mod public faţă de moartea pisicii prietenei voastre, chiar şi în cazul în care chiar voi aţi datfoc pisicii respective după care i-aţi făcut vânt în ventilatorul de pe plafon.

Invers, faimoasa legătură dintre Anna-Nicole Smith şi soţul ei miliardar în vârstă de 87 de ani avea noimă – el era implicat în această relaţie pentru strălucirea şi sexul cu o tânără blondă cu sâni mari, iar ea căuta putere, prestigiu şi resurse. El i-a spus că o iubeşte, a arătat bunătate şi i-a dovedit fidelitatea prin mariaj. Este puţin probabil că ea s-ar fi căsătorit cu un bărbat de 87 de ani care trăieşte într-un azil doar din pensia de la stat. Dacă el ar fi avut mai puţine resurse, probabil că s-ar fi însurat cu o pensionară tot de 87 de ani şi asta, în principal, pentru companie. Interesant este faptul că toate studiile au demonstrat că bărbaţii de pretutindeni nu prea sunt interesaţi de situaţia financiară a unei femei, indiferent de ce resurse dispun ei. Cu alte cuvinte, directorul executiv al unei uriaşe corporaţii este posibil să fie atras de aceeaşi femeie pe care o place şi un angajat oarecare al aceleiaşi companii. Gândiţi-vă la Bill Clinton şi Monica Lewinsky.

4. Angajamentul

Un bărbat care se angajează într-o relaţie promite faptul că va continua să ofere resurse. Femeile de pretutindeni îi acuză pe bărbaţi că sunt „angajamentofobi” şi că „fug de dragoste”. Dacă luaţi în considerare ce înseamnă angajamentul, din punctul de vedere al unei femei de pe vremuri, veţi vedea că totul are noimă. Pentru ea o legătură sexuală implică un angajament pe 10-15 ani, timp necesar pentru a purta de grijă unui copil şi a-l creşte până la vârsta la care se poate descurca pe cont propriu. Pentru un bărbat însă aceeaşi întâlnire costă numai puţin timp – poate doar câteva minute –, după care acesta este gata să plece către o nouă aventură. Deoarece bărbatul are înrădăcinată în creier dorinţa de a-şi răspândi genele cât mai des şi în cât mai

multe locuri cu putinţă, numeroşi bărbaţi se tem să-şi ia un angajament ferm faţă de o femeie şi tremură la gândul unei eterne monogamii, iar cei mai mulţi dintre ei înţeleg prin angajament împărţirea resurselor.

„Vreau să-l văd că-şi ia angajamentul…” se plâng femeile de pretutindeni. O femeie are nevoie de nouă luni pentru a aduce pe lume un copil şi de alţi cinci ani pentru a-l creşte pe acesta până la un nivel minim la care să se poată descurca pe cont propriu pentru a supravieţui. Comparaţi aceste rezultate cu situaţia unui pui de cimpanzeu care poate supravieţui de unul singur după numai şase săptămâni de viaţă. Prin urmare, creierul femeilor este astfel construit încât să caute masculi care să-şi ia angajamentul că le vor rămâne alături măcar şase ani, timp în care să ofere hrană şi protecţie, atât mamei, cât şi copilului ei. La un nivel al subconştientului, bărbaţii şi femeile acceptă acest fenomen şi-l numesc „perioada de graţie de şapte ani”. Este în detrimentul copilului ca femeia să se cupleze cu un bărbat care o lasă însărcinată după care pleacă fără să-i ofere vreun sprijin, astfel că femeilor li se dezvoltă reflexul de a analiza cu atenţie ce are de oferit un bărbat pentru a creşte viitoarea generaţie. Pentru cele mai multe dintre femei, căsătoria este încă văzută drept indiciul suprem pe care îl poate oferi un bărbat că intenţionează să rămână alături de ea. Fiind cea care poartă pruncul în pântec, femeia îşi ia un angajament total faţă de naşterea şi dezvoltarea unei noi generaţii şi doreşte un bărbat care să facă acelaşi lucru. De aceea, încrederea este pentru femei o problemă de importanţă capitală într-o relaţie.

Dintr-o perspectivă strict biologică, o femeie nu vrea ca un bărbat să se implice în aducerea pe lume şi creşterea unui copil al altei femei, ci vrea ca acesta să-şi dedice toate eforturile ei şi copilului ei. De aceea, monogamia este una dintre cerinţele preliminare absolut necesare din punctul de vedere al celor mai multe femei din societăţile contemporane. Când încrederea unei femei este înşelată, relaţia poate fi greu de reparat, iar femeile care suferă mai multe despărţiri pot deveni cinice, negând faptul că există pe lume vreun bărbat demn de încredere.

Multe tinere femei folosesc în prezent cuvântul „loialitate” în loc de „monogamie”.

În prezent este mult mai uşor să obţii informaţii despre actualele sau posibilele resurse ale unui bărbat, dar dacă acesta nu este pregătit să şi le dedice unei femei şi copiilor ei, atunci acest lucru este văzut drept o lipsă a certitudinii, deoarece fără acest sprijin ea ar trebui să reziste pe cont propriu. Principalul criteriu pe care o femeie îl va utiliza pentru a evalua potenţialul de angajament al unui bărbat este... dragostea. După cum am afirmat anterior, cercetările cu privire la dragoste au demonstrat că aceasta există în orice cultură de pe glob, în ţări unde s-au efectuat studii despre dragoste. În studiul lui, Buss a alcătuit o listă de 115 „acte de iubire” aşa cum acestea sunt descrise de femeile care au luat parte la cercetare. În capul listei se afla orice gest de iubire care demonstra angajament. Aici sunt incluse renunţarea bărbatului la orice legături amoroase cu alte femei, discuţii despre căsătorie şi copii, ascultarea problemelor ei şi „a fi acolo” pentru a oferi sprijin emoţional, precum şi oferirea de cadouri.

În anunţurile matrimoniale ale femeilor, sinceritatea este calitatea cea mai des menţionată. Femeile cer sinceritate de patru ori mai des decât o fac bărbaţii. Sinceritatea este sinonimă cu angajamentul, iar angajamentul implică promisiunea resurselor.

5. Educaţia şi inteligenţa

Un bărbat mai educat şi mai inteligent este văzut ca fiind mai capabil să strângă resurse. Educaţia mai bună înseamnă că acesta va putea deţine poziţii în vârful ierarhiei profesionale, ajungând astfel să dispună de mai multă putere, resurse şi să aibă un statut mai înalt. Un nivel mai ridicat al inteligenţei promite aceleaşi lucruri.

În vreme ce femeile din ziua de azi sunt încă predispuse să se simtă atrase de bărbaţi care au o anumită securitate financiară, ele caută în acelaşi timp şi securitatea financiară proprie. Pentru generaţiile trecute acest fapt nu era relevant, deoarece

căsătoria era *pentru totdeauna* şi bărbatul avea să fie mereu alături de o femeie şi de copiii ei pentru a le oferi toate cele necesare. Şi din pricina faptului că în trecut familiile erau numeroase, exista, de asemenea, beneficiul unei adevărate reţele de rude pentru a primi sprijin. În prezent, nu mai există vreo garanţie că un bărbat va rămâne şi mâine alături de o femeie.

De exemplu, în Marea Britanie numărul familiilor conduse de o mamă singură este de 19,67%; asta înseamnă una din cinci familii[3]. Prin comparaţie, numai 2,16% dintre familii sunt conduse de bărbaţi singuri, aşadar, pentru femei problema securităţii financiare personale a devenit una acută.

Asta nu înseamnă că orice femeie doreşte să se mărite cu un milionar, dar cu siguranţă ea nu-şi doreşte unul care să facă pariuri, să îşi asume riscuri financiare inutile sau să cheltuiască prea mult pentru el însuşi. Generaţiile trecute de femei nu prea aveau de ales şi erau nevoite să tolereze nesăbuinţa financiară şi să „rămână alături de bărbatul lor", dar pentru femeile din secolul XXI acest comportament este unul iresponsabil şi este văzut drept un semn că bărbatul nu le iubeşte şi nu le respectă.

Angajamentul – de ce un bărbat ar trebui să-i dea unei femei un inel impresionant

Un bărbat se foloseşte de un inel când doreşte să răpească pe termen lung inima unei femei. Şi cu cât acesta este mai mare sau mai costisitor, cu atât mai limpede este pentru ea (şi pentru toate celelalte femei) semnalul că bărbatul intenţionează să îi dedice ei resursele personale. Mai simplu spus, cu cât este mai uluitor inelul, cu atât mai ferm este angajamentul resurselor faţă de acea femeie în ochii *tuturor* femeilor. Chiar dacă un bărbat nu are bani prea mulţi, ar face mai bine să solicite un împrumut şi să cumpere un inel de luat în seamă decât să-i dea unei femei unul mic şi nesemnificativ. Acesta este unul dintre lucrurile pe care cei mai mulţi dintre bărbaţi nu-l înţeleg. O femeie se va uita în mod periodic la inelele ei, iar acestea îi vor reaminti de angajamentul pe care bărbatul său şi l-a luat faţă de ea.

Prietenele femei îşi vor privi, de asemenea, inelele reciproc pentru a cântări angajamentul partenerilor. Chiar dacă cuplul locuieşte într-o casă modestă şi cei doi au o maşină veche, inelul femeii a fost cumpărat în mod special pentru ea şi este văzut de femei ca fiind o declaraţie publică a dragostei şi angajamentului pe care bărbatul le nutreşte faţă de aleasa lui.

Kevin a înţeles cum funcţiona acest criteriu al dragostei în mintea unei femei, aşa că i-a cumpărat soţiei sale mai multe bijuterii impresionante. Kevin purta însă doar o simplă verighetă din aur şi uneori ceas, nevăzând niciun rost în a purta el însuşi bijuterii scumpe. El nu simţea nevoia de a folosi bijuteriile pentru a afirma indirect ceva despre propria persoană.

Fratele lui Kevin, Glen, a aplicat această perspectivă masculină nevestei sale, Leanne, şi rareori i-a oferit bijuterii, iar când o făcea, totuşi, era vorba de piese mărunte, prostioare pe care le cumpăra, de prin ^ailanda sau de la vreun colţ de stradă. Nu era conştient de faptul că această atitudine faţă de ea îi diminua acesteia încrederea în angajamentul lui faţă de ea, deoarece ştia că el şi-ar fi putut permite să-i cumpere ceva mai scump. Glen era, de asemenea, de părere că ai cumpăra periodic flori unei femei era o pierdere de bani, deoarece florile oricum s-ar fi ofilit în numai câteva zile. Pentru mintea sa logică de bărbat, era mult mai firesc să cumperi o plantă în ghiveci pentru că avea şanse mai mari de a rezista în timp. Aşa că i-a cumpărat o astfel de plantă — un trandafir. „Floarea dragostei", cum spunea el. De fapt, i-a spus chiar soţiei sale că ar putea să ia butaşi şi să-i vândă. Hei, ar fi putut chiar să intre într-o mică afacere cu flori! Pentru mintea feminină a Leannei, când un buchet de flori se ofileşte, apare o nouă ocazie pentru Glen de a-i cumpăra un alt buchet de flori şi pentru a-şi demonstra încă o dată angajamentul faţă de ea.

Ieri, medicul proctolog al lui Glen i-a desprins acestuia din posterior spinii trandafirului, bărbatul urmând să se pună pe picioare în câteva zile.

Pentru mintea logică a unui bărbat, o plantă în ghiveci este un dar mai bun decât un buchet de trandafiri şi din această pricină bărbatul respectiv doarme singur...

Deoarece un act de iubire reprezintă o garanţie pentru angajamentul resurselor, acesta este plasat în fruntea listei femeilor de pretutindeni. Aproape toate studiile despre importanţa dragostei ca premisă obligatorie pentru o relaţie pe termen lung indică faptul că 80-90% dintre femei, la nivel global, afirmă că au nevoie de dragoste pentru a se implica în căsnicie sau într-o relaţie permanentă. Dintr-un studiu condus de Sue Sprecher, coautoarea volumului TZ*e Handbook of Sexuality in Close Relationships,* a reieşit că 89% dintre femeile

americane nu s-ar căsători cu cineva pe care nu-l iubesc – 11% ar face-o –, în vreme ce 41% dintre rusoaice *s-ar căsători* cu un bărbat fără a-l iubi. Rezultatul consemnat în Rusia se datorează faptului că se înregistrează o lipsă de bărbaţi în această ţară; pentru că bărbaţii ruşi au la dispoziţie o mai mare arie de selecţie pentru a-şi alege partenera, ei sunt mai puţini dispuşi să îşi ia un angajament ferm. Am descoperit că la Kiev, Ucraina, speranţa de viaţă pentru bărbaţi, în 2009, era de 56 de ani, iar fiecărui bărbat de 20 de ani îi corespund 4 femei disponibile. Bilete de avion către Kiev pot fi achiziţionate de la agenţia de turism locală, domnilor!

Aşadar, iată sfatul nostru pentru bărbaţi: puteţi să vă caliciţi la oricare alt lucru în viaţă, dar *niciodată* la vreo bijuterie importantă pe care o faceţi cadou unei femei. Dacă aţi dăruit unei femei un inel micuţ la începutul unei relaţii din cauza lipsei banilor, luaţi-i cât mai repede cu putinţă unul mai impresionant. Fie că vă place sau nu, acest lucru vă poate afecta viaţa afectivă şi celelalte femei vă vor judeca în acest fel angajamentul. Am descoperit că singurele femei care nu vor fi de acord cu tot ce am scris aici sunt femeile ale căror bărbaţi le-au dat bijuterii ieftine şi microscopice şi au refuzat să cumpere ceva mai costisitor.

Ultimele zece lucruri pe care le-ar spune o femeie

1. Relaţia noastră nu ar putea deveni ceva mai fizică? M-am plictisit să fim numai prieteni.
2. Nu te deranja şi lasă capacul de la vasul toaletei ridicat. Ador senzaţia de porţelan ud şi rece.
3. Mi se par foarte sexy fundurile păroase.
4. Oau, ce adiere minunată! Mai trage un vânt!
5. Te rog, nu-ţi arunca tricoul acela vechi. Găurile de la subsuoară sunt atât de dulci!
6. Diamantul acesta e mult prea mare! Şi apropo, am destui pantofi!

7. Ia din faţa mea tableta aia de ciocolată!
8. Nu-mi pasă dacă e la reduceri: 300 de lire pentru o rochie a unui designer cunoscut este prea mult!
9. Asta îmi face fundul să pară prea micuţ?
10. Eu ies puţin o vreme. De ce nu o suni pe fosta?

Şapte lucruri simple pe care femeile le găsesc atrăgătoare la bărbaţi

Următoarele şapte puncte se află pe lista de criterii potrivit cărora o femeie cântăreşte atractivitatea unui bărbat şi sunt indicii care arată abilitatea unui bărbat de a strânge resurse. Nu le-am înşirat aici într-o anumită ordine, dar un lucru este sigur: femeile sunt atrase de bărbaţi care pot şi vor face aceste lucruri.

Există două teorii despre cum ar trebui purtată o ceartă cu o femeie. Niciuna nu funcţionează.

---

1. Femeile sunt atrase de bărbaţi care le fac să râdă

Un bărbat cu un bun simţ al umorului se află în fruntea aproape fiecărui studiu despre ce le atrage pe femei şi este menţionat în mod obişnuit în anunţurile matrimoniale. Când o femeie râde, creierul ei transmite corpului semnalul de a secreta endomorfină – substanţă care are o structură similară morfinei –, care îi dă un sentiment plăcut şi călduros. Endomorfinele se numără printre analgezicele naturale ale organismului; acestea construiesc sistemul imunitar şi protejează împotriva feluritelor afecţiuni. Râsul provoacă o scădere a hormonilor stresului, precum cortizolul, şi, de asemenea, scade tensiunea arterială, fapt care la rândul său micşorează riscul de boli cardiace. Un nivel ridicat al cortizolului afectează negativ sistemul imunitar, astfel încât scăderea concentraţiei acestui hormon va avea efecte benefice asupra stării generale de sănătate.

În mod subconştient, femeile înţeleg faptul că un bărbat care poate vedea jumătatea plină a paharului va avea o influenţă bună pentru sănătatea ei, asupra unei stări generale de bine şi a supravieţuirii pe termen lung, aşa că ele îi vor evita pe bărbaţii care au în mod constant

viziuni pesimiste asupra vieţii, care-şi plâng de milă şi afişează mereu o faţă acră. Şi bărbaţii înţeleg puterea umorului, de aceea se întrec între ei pentru a vedea cine spune gluma cea mai reuşită. Ştiu că acela care stârneşte cele mai multe hohote de râs este văzut cel mai bine în momentul respectiv, iar umorul întotdeauna prinde la doamne.

2. Femeile sunt atrase de bărbaţi dispuşi să comunice

Destul de sus pe lista unei femei se află un bărbat dornic să o asculte vorbind despre problemele şi sentimentele sale, fără a o întrerupe şi fără a încerca să-i ofere soluţii. Dacă eşti bărbat, dezvăluie detalii personale pe măsură ce şi ea îţi dezvăluie lucruri despre ea însăşi. O astfel de „oglindire” creează punţi de legătură şi conduce rapid la un nivel de intimitate mai ridicat. Aceasta nu înseamnă că un bărbat trebuie să se poarte ca o femeie, ci doar să asculte plin de compasiune şi fără a oferi soluţii.

Există două teorii despre cum ar trebui purtată o ceartă cu o femeie. Niciuna nu funcţionează.

---

3. Femeile sunt atrase de bărbaţi care gătesc De vreun milion de ani, bărbaţii au plecat la vânătoare în căutare de hrană pe care au încredinţat-o apoi femeilor. Chiar şi în secolul XXI, orice bărbat care poate găti o masă pentru o femeie va stârni în ea anumite instincte primare. De aceea, a scoate o femeie la cină este un gest atât de seducător pentru ea, chiar şi în cazul în care nu îi este foame. Este garanţia că un bărbat este disponibil să îi ofere resurse de hrană, ceea ce constituie un puternic imbold motivaţional. Dacă eşti bărbat, înscrie-te încă de azi la cursuri de gătit.

4. Femeile sunt atrase de bărbaţi care dansează

Unicul scop al dansului este acela de a atrage atenţia asupra ta, la origine motivaţiilor aflându-se sexul. Când o pereche dansează, adeseori cei doi parteneri se ţin de mână şi îşi oglindesc unul altuia mişcările corpului, întocmai cum fac alte specii de animale înainte de a se împerechea. Numai unul din opt bărbaţi are în creier un soi de „buton declanşator al ritmului” care să-i permite să prindă

mişcările din zbor şi să bată darabana în ritmul muzicii, pe când cele mai multe dintre femei au în mod natural acest lucru. Scopul pentru care o femeie dansează este de a atrage atenţia potenţialilor parteneri, nimic mai mult, iar orice bărbat care este dispus să intre în joc va avea mare succes şi nu va duce niciodată lipsă de întâlniri. Dacă eşti bărbat, du-te de îndată la lecţii de dans, după ce se va fi terminat cursul de gătit.

Dansul este expresia pe verticală a unei dorinţe pe orizontală.

George Bernard Shaw

---

5. Femeile sunt atrase de bărbaţi care le fac să se simtă în siguranţă

Femeile nu sunt sigure de trei lucruri: de felul în care arată, de resursele financiare şi dacă sunt iubite sau nu. O femeie doreşte să i se spună că arată bine, miroase bine, are bun-gust şi că e în general plăcută. A nu observa că are o nouă coafură sau poartă o pereche nouă de pantofi echivalează cu a-i spune că ea nu merită să fie observată. A-i spune cât de minunat arată şi a-i face complimente cu privire la stil sau la designul adoptat o face să se simtă sexy şi să ia în calcul serios posibilitatea de a face sex. Un bărbat care ajunge acasă târziu şi nu explică pe unde s-a învârtit produce suspiciuni şi generează sentimente de nesiguranţă pentru majoritatea femeilor, astfel încât un bărbat care sună să spună unde este sau când se întoarce sau că îi este dor de ea întotdeauna potoleşte temerile unei femei.

„Rochia asta îmi face fundul să pară mare?" întrebă ea.„Nu", zise el. „Numai prăjiturile cu ciocolată pe care le mănânci îţi fac fundul mare. „

---

6. Femeile sunt atrase de bărbaţi cărora le plac copiii

Motivul pentru care o femeie îşi doreşte o relaţie este de a face parte dintr-o „celulă" în care să se simtă în siguranţă, confortabil, în largul său. Atuul pe care-l au femeile este posibilitatea de a da naştere la copii, de aceea orice bărbat care dă semne că îi plac copiii jucându-se cu ei, prostindu-se şi

făcându-i să râdă sau spunându-le poveşti la culcare va puncta bine la capitolul atractivităţii.

7. Femeile sunt atrase de bărbaţi care par zdraveni şi sănătoşi

Femeile de pretutindeni consideră sănătatea unui bărbat ca fiind una dintre cele mai importante calităţi pe care le doresc la bărbaţi. Pentru aceasta există două motive: în primul rând, dacă sănătatea acestuia este şubredă, el ar putea muri de tânăr sau ar dobândi vreun handicap, astfel fiind curmate resursele de care dispune femeia; în al doilea rând, el i-ar putea transmite ei sau copiilor săi boala respectivă, prin contact fizic sau prin gene. Un bărbat cu o sănătate de fier duce cu sine promisiunea unor copii sănătoşi şi a unei siguranţe a resurselor pe termen lung. Femeile consideră indicii ale unei sănătăţi şubrede felurite semne, de la o condiţie fizică mai proastă la răni deschise sau o respiraţie urât mirositoare.

O stare bună de sănătate se traduce printr-o condiţie fizică bună, un ten curat şi un nivel de energie ridicat, care se vede în mersul cu pas rapid şi o atitudine vioaie (de asemenea, caracteristică pentru indivizi cu un statut social ceva mai înalt). Despre cei mai potoliţi şi mai lenţi în mişcări se crede că vor trăi mai mult, dar se consideră şi că sunt lipsiţi de motivaţie şi ambiţie, şi de aceea nu prea poţi pune bază pe ei pe termen lung pentru resurse. Aşadar, dacă eşti bărbat dă fuga direct la sala de forţă pentru a face un antrenament înainte de a găti cina şi a o scoate pe doamna ta la dans.

De ce nicio femeie nu vrea un ratat

Numeroase studii au dezvăluit faptul că bărbaţii cărora le lipseşte ambiţia sunt văzuţi foarte prost de femei, iar acestea vor pune cu uşurinţă capăt unei relaţii cu un bărbat leneş, lipsit de ambiţie sau care îşi pierde slujba. Din acest motiv un bărbat muncitor, care are nişte obiective clare în carieră, este mai de dorit pentru majoritatea femeilor. Pe de altă parte, aceleaşi calităţi pe care le-ar avea o femeie sunt în general irelevante pentru cei mai mulţi dintre bărbaţi, după cum vom vedea în următorul capitol, pentru că aceştia văd în sexul opus, în primul

rând, un recipient sănătos pentru genele lor.

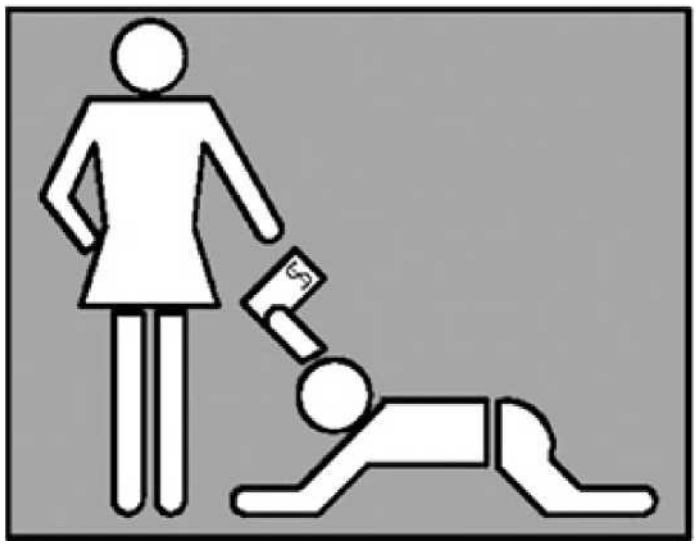
Pentru unele femei, acest amănunt îi poate face pe bărbaţi să pară reci şi fără suflet, dar înţelegerea acestui lucru le poate conferi femeilor un avantaj enorm când vine vorba de implicarea lor în acest joc al dragostei.

„Ce zici, dragă, mai schimbăm şi noi poziţiile în seara asta?” spuse el cu un zâmbet afectat.

„Grozavă idee! răspunse ea. Tu stai la masa de călcat şi eu mă întind pe canapea şi trag vânturi!”

Femeile vor dori întotdeauna resurse

Toate războaiele sunt declanşate de bărbaţi, iar lupta are un singur ţel – capturarea resurselor adversarului. Resursele au două forme limpezi: unele sunt tangibile, precum pământul, petrolul, aşezările urbane; şi altele sunt resursele de reproducere, mai precis femeile. De-a lungul istoriei, bărbaţii plecaţi la luptă pârjoleau teritoriile inamicului, îi furau proprietăţile, îl omorau şi pe el şi pe fiii lui, iar femeile erau răpite sau violate. Rareori femeile erau omorâte, deoarece ele ofereau cuceritorilor şansa perfectă de a-şi transmite mai departe bagajul genetic.



Noul simbol internaţional pentru căsătorie.

Nevoia bărbaţilor moderni de a strânge şi de a manipula resurse a evoluat din pricina preferinţei femeilor de a alege bărbaţi care le controlează. Bărbaţii sunt criticaţi adeseori de femei că sunt

mai interesaţi de muncă decât de familie. Femeile se plâng de faptul că bărbaţii se preocupă mai degrabă cu scoaterea în afara jocului a altor bărbaţi sau cu obţinerea unor rezultate bune atunci când se trage linie, decât să-şi petreacă timpul acasă, alături de cei dragi, dar dacă femeile nu ar avea nişte preferinţe înnăscute pentru bărbaţii care pot face asemenea lucruri, masculii zilelor noastre nu ar nutri niciodată dorinţa de a agonisi resurse. Bărbaţii o fac însă, deoarece ştiu că femeile îşi doresc asta.

Rezumat

Femeile din timpuri străvechi erau nevoite să analizeze cu mare grijă calităţile unui potenţial partener pe termen lung, pentru că o alegere neinspirată putea duce la foamete, abuzuri, abandon, şi în consecinţă acestea sunt şi *criteriile fundamentale* după care femeile din secolul XXI se ghidează în alegerile lor. Femeile din ziua de azi nu doresc să fie abuzate, abandonate şi nu vor ca vreun bărbat să se poarte urât cu ele. Asta nu înseamnă neapărat că toate femeile sunt motivate de banii pe care-i are un bărbat, dar cu siguranţă sunt, *în primul rând, determinate* să-i aleagă pe bărbaţii care afişează anumite calităţi ce pot conduce la resurse pe termen lung, calităţi precum inteligenţa, ambiţia şi statutul social. Nu înseamnă că o femeie va sfârşi întotdeauna cu un bărbat care are aceste calităţi; înseamnă doar că ea în mod sigur preferă un astfel de bărbat. Dacă un bărbat nu are resurse şi mai este şi lipsit de ambiţie, majoritatea femeilor nu sunt interesate de el, asta în cazul în care nu văd la acest bărbat o capacitate deosebită de a agonisi resurse. Aşadar, dacă este un student falit de 22 de ani care se pregăteşte să devină neurochirurg, avocat sau doctor ea s-ar putea să vadă în acesta o partidă bună.

Un nou studiu a fost dat publicităţii recent de către Asociaţia Psihiatrică Americană, cercetare a vizândfelul în care se simtfemeile faţă de posteriorul lor.

1. *Numai 5% dintre femeile intervievate erau de părere că au dosul prea mare.*

2. *Aproximativ 12% dintre femeile intervievate credeau că dosul lor este prea mic.*

3. *Restul de 83% afirmau că nu le pasă, îl iubeau, era un om bun şi l-ar fi luat oricum de bărbat.*

- **Femeile caută la bărbaţi aceleaşi lucruri elementare pe care le doreau şi femeile din timpuri vechi – bune calităţi de vânător şi resurse. O fi evoluat societatea, dar nu şi nevoile femeilor.**
- **Lenea şi lipsa motivaţiei sunt cele mai mari bile negre pentru bărbaţi în ochii femeilor, deoarece înseamnă că aceştia nu au abilităţile necesare pentru a oferi resurse.**
- **Femeile îşi doresc pe cineva capabil să ofere, să fie bun cu copiii şi capabil să le facă să se simtă în siguranţă.**

Note:

2 Buss şi Barnes (1986). *(N. a.)*

3 Cercetare asupra forţei de muncă, 2007. (N. a.).

CAPITOLUL 4
Ce-şi doresc bărbaţii cu adevărat

Loc de aşezat cutia de bere

Femeia perfectă

Pentru cei mai mulţi dintre bărbaţi relaţiile nu prea au de-a face cu poveştile de adormit copiii, ci ţin îndeosebi de serviciile pe care le poate oferi o femeie. Ea vrea resurse; el vrea servicii, aşadar fundamentul unei relaţii este pur şi simplu schimbul de bunuri şi servicii. Când bărbaţilor li se cere să o descrie pe femeia din viaţa lor, ei vorbesc în mod inevitabil despre *serviciile* pe care ea le oferă: găteşte bine, păstrează curăţenia în casă, se înţelege de minune cu copiii, te face să te simţi foarte bine, e o bună prietenă, e sexy, are un fund adorabil şi tot aşa. Cu alte cuvinte, este vorba de servicii pe care, dacă e s-o spunem pe şleau, el le plăteşte cu ora. Când unei femei i se cere să-şi descrie partenerul ea va spune că are multe de oferit, este inteligent, o face să râdă, are o slujbă bună, este proprietarul unei case şi aşa mai departe. Cu alte cuvinte, oferă resurse.

Societatea prezintă acest schimb de bunuri şi servicii sub numele de „compatibilitate”, deoarece sună mai politicos, este un mod mai corect politic de a formula acest adevăr care, la un nivel fundamental, rămâne neschimbat: e vorba de un schimb de bunuri contra servicii. Bărbaţii sunt interesaţi doar de serviciile pe care i le poate oferi o femeie şi de felul în care aceasta arată.

Femeile poate vor începe să creadă că le facem bărbaţilor un portret de uşuratici şi egoişti. Nu asta ne-am propus. Vrem să demonstrăm faptul că nevoile şi priorităţile bărbaţilor sunt destul de simple şi dacă le satisfaceţi pe cele potrivite, la momentul oportun, veţi avea alături un bărbat fericit. Dacă, totuşi, veţi alege să-i judecaţi „valorile” masculine prin comparaţie cu „valorile” voastre feminine, veţi avea parte mereu de conflicte şi o permanentă nefericire.

Bărbaţii au numai două emoţii — foamea şi excitarea. Dacă vezi că n-are erecţie, fă-i un sendviş.

Nu sunt puţini cei care (mai cu seamă militantele feministe) se înfurie ori de câte ori vine vorba de criteriile după care se ghidează un bărbat în alegerea unor partenere atrăgătoare, numindu-le superficiale şi prosteşti. Uneori sugerează, ba chiar insistă ca orice discuţie despre cercetări cu privire la preferinţele bărbaţilor în materie de partenere să fie cenzurată sau suprimată complet, deoarece le face pe femei să se simtă prost. Adevărul este că preferinţele bărbaţilor au evoluat timp de sute de mii de ani, sunt puternic înrădăcinate în creier şi s-au schimbat foarte puţin. Faptul că preferinţele bărbaţilor ţin de frumuseţea fizică şi de sănătate a fost unul necesar pentru supravieţuirea genetică a oamenilor. Cu siguranţă societatea în ansamblu şi felul în care noi trăim acum s-au schimbat în mod radical, dar nu şi preferinţele bărbaţilor când vine vorba de femei, chiar dacă aceste preferinţe sau dezvoltat pentru a funcţiona într-o lume străveche, inexistentă acum. A te preface că aceste preferinţe nu există sau a le nega întru totul e ca şi cum te-ai supăra pe vreme pentru că plouă, sau pe animalele

carnivore că preferă carnea în schimbul unui regim vegetarian.

A încerca să schimbi preferinţele bărbaţilor în ceea ce priveşte împerecherea e ca şi cum le-ai spune să se opună creşterii părului de pe faţă pentru că nu mai este îngăduit.

A accepta faptul că biologia bărbaţilor este o forţă irezistibilă care le controlează preferinţele în ceea ce priveşte găsirea unei partenere vă oferă oportunitatea de a vă dezvolta strategii pentru a interacţiona mai bine cu ei. De mii de ani peştii au evoluat astfel încât să adore gustul râmelor şi al viermilor. Astfel încât, dacă pleci la pescuit este perfect normal să foloseşti ca momeală râme şi viermi pentru că ştii că asta le place peştilor. Nu are niciun rost să încerci să îi hrăneşti cu ceea ce mănânci chiar tu – ei mănâncă viermi şi râme – şi nu are sens să te aştepţi ca peştele să sară în barcă doar pentru că ai ales să te gândeşti la asta. Pescuitul implică înţelegerea felului în care gândeşte un peşte şi a acţiona în consecinţă. Într-un mod similar, acceptarea felului în care funcţionează creierele bărbaţilor vă permite să îi înţelegeţi mai bine şi să construiţi strategii pentru pescuitul de bărbaţi şi managementul masculilor.

Cum influenţează presa opiniile bărbaţilor

Presa şi mai cu seamă revistele pentru femei sunt criticate în mod constant pentru că promovează un anumit standard de frumuseţe feminină la care pasămite toate reprezentantele sexului frumos ar trebui să aspire. Asta o fi adevărat în cazul revistelor pentru femei, dar lucrurile nu stau câtuşi de puţin aşa în privinţa revistelor pentru bărbaţi. În revistele pentru femei sunt înfăţişate vedete, mai ales unele suple, cu linii ferme ale trupului. Imaginea femeii slabă ca o grisină vine din prezentările de modă, unde modelele profesioniste joacă rol de umeraş pentru noile creaţii vestimentare, iar designerii doresc ca hainele să fie în centrul atenţiei. Studiile arată însă în mod limpede că forma de grisină a femeilor are foarte puţină sau

chiar deloc trecere în rândul bărbaţilor. Asta deoarece cu cât formele unei femei sunt mai drepte şi mai suple, cu atât mai departe este aceasta de un raport ideal de 70% între talie şi şolduri (vom discuta despre asta în detaliu în capitolul 8) fiind astfel mai puţin aptă să poarte copii. Creierele bărbaţilor sunt astfel programate încât să caute indicii biologice cu privire la potenţialul reproducător al unei femei şi sunt atraşi mai degrabă de o formă de clepsidră. Revistele pentru bărbaţi înţeleg această realitate – priviţi-le pe cele despre maşini sau motociclete şi veţi vedea femei cu forme rotunjite întinse peste bolizi şi transmiţând tocmai aceste semnale biologice. De aceea, nu veţi vedea niciodată o femeie slabă ca gardul într-o reclamă la Harley-Davidson. Peste 80% dintre cei care se uită la Miss Universe sunt bărbaţi, în timp ce numai 5% din audienţa prezentărilor de modă este masculină.

> *Mă aflam în pat împreună cu soţia mea şi ne uitam la Vrei să fii miliardar? Mam întors către ea şi i-am spus: „ Vrei să facem sex?" Ea mi-a răspuns: „Nu. „ „E răspunsul tău final?" am continuat eu. Ea m-a privit ţintă în ochi şi mi-a spus: „Da. „ Şi astfel am conchis: „Atunci m-aş duce să sun un prieten... „*

Profesorul Douglas Kenrick şi colegii săi de la Arizona State University au studiat felul în care este înfăţişată în presă femeia perfectă din punct de vedere biologic, ajungând la anumite rezultate tulburătoare. Au descoperit că bărbaţii cărora li se înfăţişaseră imagini ale unor femei atrăgătoare din punct de vedere sexual îşi considerau partenerele din viaţa reală mai puţin arătoase şi erau mai nesatisfăcuţi de ele decât bărbaţii cărora li se prezentau imagini ale unor femei cu o înfăţişare absolut normală. Mai mult, bărbaţii care văzuseră imaginile unor femei foarte atrăgătoare se descriau ca fiind mai puţin angajaţi într-o relaţie, mai puţin serioşi, mai puţin mulţumiţi şi mai puţin apropiaţi de partenerele lor. Chiar şi bărbaţii care îşi considerau partenerele foarte atrăgătoare începeau să fie tot mai puţin satisfăcuţi de ele după ce li se prezentau alte femei apetisante. Aceste descoperiri sunt îngrijorătoare pentru că imaginile cu femei prezentate în revistele pentru bărbaţi sau pe internet sunt de obicei unul sau două cadre selectate din sute de

alte fotografii imortalizate pentru a încerca să fie surprinsă cea mai bună postură şi cel mai potrivit unghi. Cu alte cuvinte, aceste imagini nu reflectă lumea reală în care trăim. În vremea strămoşilor noştri, bărbaţii îşi alegeau partenerele din rândul femeilor disponibile şi nu ar fi avut cum să vadă imagini modificate şi îmbunătăţite simţitor ale unor femei perfecte, imaginare. E o concluzie de bun-simţ aceea că bărbaţii de pe timpuri se descriau ca fiind mai mulţumiţi cu femeile lor decât cei din secolul XXI, deoarece ei căpătau exact ceea ce vedeau înaintea ochilor.

Creierele bărbaţilor încă mai au circuitele necesare acestui proces de evaluare în vederea alegerii partenerelor, dar aceştia sunt înşelaţi de tehnologia modernă care le stimulează în exces răspunsul la semnalele care indică fertilitatea femeii. Prin analogie, restaurantele fast-food se folosesc de tehnologii chimice moderne pentru a ne păcăli creierele şi a le face să creadă că mâncăm alimente de valoare, de care avem nevoie pentru a supravieţui. Urmările sunt însă altele: diabet, obezitate, o stare proastă de sănătate.

Frumuseţea păleşte – implanturile sunt veşnice.

Imaginile din presă ale unor femei perfecte sunt un factor important care contribuie la tot mai slaba disponibilitate a bărbaţilor de a se implica în relaţii şi tot mai puternica lor aplecare pentru flirturi. Aceste imagini, de asemenea, exploatează dorinţa firească a femeilor de a se întrece pentru a fi mai atrăgătoare în ochii bărbaţilor; prin urmare, femeile au ajuns să apeleze tot mai frecvent la operaţii estetice, haine şi machiaj pentru a lupta pentru atenţia bărbaţilor.

Ce-şi doresc bărbaţii cu adevărat

5 3

Există patru lucruri fundamentale pe care bărbaţii şi le-au dorit dintotdeauna de la femei:

1. Sex
2. Servicii de bază – hrană, spălat, căutat în coarne etc.
3. Să fie iubiţi şi consideraţi numărul unu
4. Să aibă momente de singurătate în care să nu fie

deranjaţi

Nimic mai simplu. Bărbaţii îşi cern tot ceea ce spun sau fac prin sita acestor patru nevoi.

Dacă puteţi identifica exact care dintre aceste nevoi îl încearcă pe un bărbat la un anumit moment, veţi vedea că aceştia devin foarte uşor de manevrat. Problema este că tot ceea ce este important pe lista unui bărbat foarte probabil va fi trecut la capitolul de lucruri irelevante în mintea unei femei şi viceversa.

De exemplu, un bărbat va vedea în munca până la ore târzii, orele suplimentare sau două slujbe un efort şi un sacrificiu pe care îl face pentru a oferi hrană şi adăpost familiei, dar o femeie va considera aceste lucruri o dovadă că el este mai interesat de muncă decât de cămin.

Al 153-lea lucru pe care şi-ar dori bărbaţii să-l ştie femeile: Ori de câte ori este cu putinţă, spune ceea ce ai de spus în timpul pauzelor publicitare.

Într-o relaţie, cei mai mulţi dintre bărbaţi vor face lucrurile necesare pentru a o face pe o femeie să le ofere aceste patru servicii de bază. Aici este vorba de cine romantice, dans, înfăţişarea „laturii lui feminine” atunci când discută cu ea sau îi spune că ea e unică, cea mai minunată femeie pe care a întâlnit-o vreodată – ştiţi toată abureala asta. Cu toate acestea, scopul lui fundamental este acela de a o face pe femeie să-i ofere unul sau mai multe servicii de bază, şi s-o facă acum. Dacă ea are nevoie să audă chiar acum vorbe mieroase sau poezia cu „împreună pentru totdeauna” atunci asta îi va spune el. Un bărbat o va minţi cu uşurinţă pe o femeie cu privire la înfăţişarea ei pentru a-şi spori şansele de a face sex, deoarece, printre bărbaţi, acesta este văzut drept un scop nobil şi drept.

Nu te aştepta niciodată să fii întotdeauna pe primul loc în viaţa unui bărbat. Uneori vor fi prietenii sau copiii, alteori echipa favorită, maşina sau cariera şi uneori vei fi şi tu.

Ce va face un bărbat pentru sex

Un bărbat este dispus să facă anumite lucruri pentru o femeie pentru a fi recompensat cu sex şi alte beneficii, iar femeile ştiu asta. „la-mă la cumpărături”, spune ea. „Construieşte-mi nu ştiu ce, condu-mă cu maşina undeva, du-mă la cinema, la cină, la mama, bagă copiii în pat, vopseşte garajul” etc. Cum puteţi şti că bărbaţii se aşteaptă la o răsplată prin sex pentru toate aceste lucruri? Pentru că bărbaţii nu le-ar face pentru alţi bărbaţi. Şi dacă, totuşi, fac vreun lucru pentru un alt bărbat, o îndatorire tacită se consemnează între cei doi, îndatorire care va fi plătită într-un fel sau altul la un moment dat. Dacă un bărbat nu face sex cu o femeie, dar investeşte timp pentru a face pentru ea anumite lucruri, atunci datoria tacită se acumulează, întocmai cum sar fi întâmplat dacă în locul ei ar fi fost un bărbat. El vrea ca eforturile să-i fie răsplătite fie prin sex, fie prin servicii viitoare.

Scott locuia cu Kirsty şi cei doi fii ai ei. El şi Kirsty erau într-o relaţie de mai bine de un an, dar se despărţiseră. El îşi pierduse slujba şi nu mai avea unde să locuiască. Aşa că făcea felurite treburi pe lângă casă — tundea gazonul, spăla, dădea cu aspiratorul, ducea gunoiul şi îşi petrecea timpul jucându-se cu cei doi băieţi ai ei. Le cumpăra acestora cadouri şi, în plus, îi scotea pe toţi să ia masa în oraş o dată pe săptămână. El îi plătea o chirie modică, dormeau în camere separate şi el nu-şi mai dorea o relaţie intimă cu ea din nou, pe când Kirsty încă îl mai iubea şi şi-ar fi dorit o relaţie pe termen lung cu el. Când el i-a spus limpede că acest lucru nu se va întâmpla niciodată, ea i-a cerut să plece.

El nu le mai face vizite şi nu-i mai vede niciodată pe băieţi. El simţea că îşi plătise orice datorie faţă de Kirsty şi nu mai simţea nevoia de a se întoarce pe acolo.

Teama de a pierde serviciile pe care le poate oferi o femeie este motivul pentru care atunci când un bărbat nepăsător şi neatent este părăsit de o femeie, adeseori el îşi va declara dragostea eternă şi angajamentul faţă de ea şi îi va spune că ar fi dispus să se însoare cu ea sau chiar să aibă copii împreună. El îi va spune orice este necesar pentru a avea din nou parte de mâncare, rufe spălate şi sex, sau pentru a scăpa de vreun competitor. Din fericire pentru bărbaţi, cele mai multe dintre femei cred astfel de vorbe. Lecţia pe care femeile ar trebui s-o desprindă de aici este să se bucure de spectacolul pe care-l oferă bărbatul, dar să nu-l creadă întotdeauna pe cuvânt.

Istoria consemnează până şi un moment ca acela când Sir Walter Raleigh şi-a pus jacheta nouă şi impecabilă într-o băltoacă de noroi pentru a-i permite unei femei să treacă. De ce? Pentru că fusese mereu pe mare în ultimele 15 luni şi simţea o nevoie disperată de a face sex. Niciun bărbat cu capul pe umeri nu ar face un asemenea lucru cu scumpa lui haină.

Bărbaţii nu se gândesc la relaţii

După cum am dezvăluit în volumul *De ce bărbaţii se uită la meci şi femeile se uită în oglindă?,* cele mai multe dintre creierele bărbaţilor sunt atrase de lucruri care au de-a face cu abilităţile de „vânătoare", sexul sau mişcările spaţiale. Revistele pe care le cumpără bărbaţii reflectă în mod limpede aceste nevoi – bărbaţii citesc *New Fisherman, Which Camera?, Hot Wheels, Computer Buyer, Trader Boat* şi orice alte reviste în care apar femei înveşmântate sumar.

La început, Dumnezeu a făurit pământul, după care s-a odihnit. Apoi Dumnezeu l-a creat pe bărbat şi s-a odihnit. Apoi Dumnezeu a creatfemeia. De atunci, nici Dumnezeu, nici bărbatul nu au mai avut parte de odihnă.

În revistele pentru bărbaţi nu ar apărea *niciodată* articole precum:

„Cum să vă planificaţi nunta"
„Cum să-ţi păstrezi femeia fidelă"
„Cum să-ţi alegi vestimentaţia potrivită"
„Cum să-ţi găseşti aleasa inimii, pentru totdeauna"

În schimb, în revistele pentru bărbaţi s-ar afla articole de genul:

„Cum să faci foarte mulţi bani"
„Cum să-ţi dezvolţi un abdomen perfect"
„Cum să fii armăsar în pat"
„Cum să faci foarte mult sex cu foarte multe femei"

Femeile citesc orice are legătură cu oamenii şi relaţiile: *Womans Weekly, Hello!, OK!, New Woman, Cosmo, Marie Claire, Mills and Boon, New Idea,* sau *Womans Day.* Şi din miile de cărţi despre relaţii care zac pe rafturile librăriilor abia dacă se găsesc câteva despre ce gândesc femeile – asta pentru că, în general,

bărbaţilor nu le pasă. Bărbaţii doresc doar să fie hrăniţi, iubiţi, lăsaţi în pace sau să te joci cu ei. Foarte puţine cărţi despre relaţii tratează acest subiect, deoarece majoritatea cărţilor motivaţionale sunt scrise de femei şi peste 90% din publicul volumelor despre relaţii este feminin. Principalul motiv pentru care cei mai mulţi dintre bărbaţi nu prea se pricep să construiască relaţii cu femeile este acela că nu se gândesc prea mult la asta, iar atunci când o fac le apare în minte peisajul unor copii plângăcioşi, bani ioc, sâcâieli, chelie, o burtă revărsată şi monogamie eternă.

Majoritatea bărbaţilor şi mai cu seamă cei tineri văd în secret într-o relaţie ceva ce le îngrădeşte accesul la tot soiul de oportunităţi atractive care se pot ivi în fiecare zi. Hei, dacă Tommy Lee s-ar fi angajat într-o relaţie cu o fană înfocată, care şi-ar fi dat jos pantalonii înaintea lui, n-ar fi avut niciodată şansa unei hârjoane cu Pamela Anderson, Heather Locklear sau multe alte blondine superbe, corect? Şi chiar dacă în realitate astfel de scenarii se aplică în cazul a mai puţin de 1% dintre bărbaţi, niciunul dintre ei nu este dispus să-şi ardă punţile de legătură cu lumea, aşa, pentru orice eventualitate.

Şi asta cred cei mai mulţi dintre bărbaţi. Pentru ei „până când moartea ne va despărţi” este un concept înfricoşător.

Al 43-lea lucru pe care şi-ar dori bărbaţii să-l ştie femeile: „Da” şi „nu” sunt răspunsuri perfect acceptabile pentru aproape orice întrebare.

SOjfulYQ

Telecomanda perfectă pentru bărbaţi

Decodificarea limbajului bărbatului

Bărbaţii au un adevărat repertoriu de fraze pe care le folosesc pentru a convinge o femeie să le ofere unul dintre cele patru servicii fundamentale, mai ales sexul. Iată, în cele ce urmează, principalele zece propoziţii ale bărbaţilor şi traducerea acestora:

1. **„Eşti drăguţă/frumoasă/ameţitoare.”**

„Faţa ta este simetrică şi curată, ceea ce indică faptul că mi-ai putea purta genele cu succes. Hai să facem sex.”

2. **„Arăţi minunat în seara asta.”**

„Vreau să facem sex cât mai repede.”

3. **„Să fim prieteni.”**

„Nu prea îmi placi şi nu prea mă dau în vânt după tine. Sper din tot sufletul că n-o să mă suni sau să-mi dai mesaje de patrujde ori pe zi întrebându-mă unde sunt.”

4. **„Eşti fierbinte în hainele astea.”**

„Îmbrăcămintea respectivă îţi pune în evidenţă raportul dintre talie şi şolduri şi îţi scoate sânii în evidenţă. Toate acestea îmi pun pe jar circuitele neuronale şi hormonii aşa că vreau să fac sex cu tine chiar acum.”

5. **„Ţi-ar plăcea să treci pe la mine să bem o cafea?”**

„Hai să facem sex animalic în timp ce eu sunt pe jumătate beat şi lumina nu este îndeajuns de puternică să-ţi scoată la iveală defectele pe care le-ai putea avea.”

6. **„Să-ţi iau ceva de băut.”**

„Dă-mi voie să-ţi potolesc inhibiţiile cu niscaiva alcool, astfel încât poate te vei învoi să faci sex cu mine.” Varianta avansată a acestei replici este: „Mai bea ceva.”

7. **„Nu pot sta până târziu în seara asta. Mâine încep munca devreme.”**

„Mersi pentru sex. Gata cu mine pe ziua de azi.”

8. **„Vreau să avem o relaţie deschisă, cinstită.”**

„Dacă pe viitor îţi voi spune ceva ce n-o să-ţi convină, replica de mai sus îmi va permite să-ţi reamintesc: Ţi-am promis că voi fi cinstit cu tine.”

9. **„Te sun/mă întâlnesc cu tine după ce se-nchide clubul.”**

„Dacă nu-mi iese nimic în seara asta, voi face sex cu tine în schimb.”

10. **„Nu-i vorba de tine... eu...”**

„Ba despre tine-i vorba, aşa că şterge-o.”

Aceste replici sunt amuzante, dar dilema este că femeile îşi spun în gând că un dram de adevăr tot este în spatele lor, iar cele mai multe dintre femei chiar îi încurajează pe bărbaţi să le folosească. Drept urmare, puţine femei îşi dau seama încă de la început dacă un bărbat este un candidat serios pentru o relaţie pe termen lung. Dacă femeile ar putea decodifica cum se cuvine aceste replici, ar putea face mai bine diferenţa între diferitele soiuri de bărbaţi.

Bărbaţii caută valoarea reproducătoare

Bărbaţii din timpuri străvechi preţuiau mai cu seamă femeile care erau capabile să dea naştere la cât mai mulţi copii, ceea ce putea fi determinat de doi factori observabili: tinereţea şi sănătatea. Cu cât este o femeie mai tânără, cu atât mai mulţi copii ar putea naşte. Valoarea reproducătoare a unei femei este ridicată în jurul vârstei de 20 de ani, medie la 30, scăzută la 40 şi egală cu zero la 50. Din acest motiv bărbaţii din zilele noastre au moştenit de la strămoşii lor o anumită preferinţă pentru femeile mai tinere – din pricina valorii lor reproducătoare sporite. Tot din acest motiv, cu cât o femeie este mai tânără, cu atât creşte riscul ca aceasta să fie violată. Statisticile din SUA arată că 85% dintre victimele violurilor au sub 36 de ani, iar acest lucru are o legătură directă cu valoarea reproducătoare a femeii.

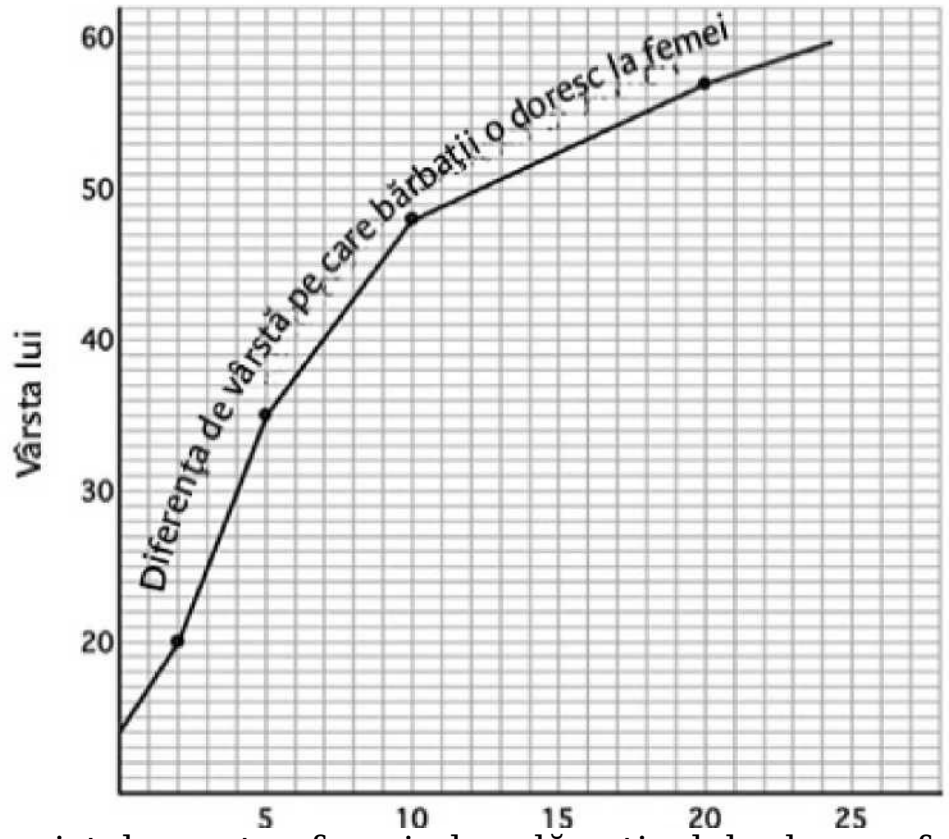
Toţi bărbaţii preferă ca soţiile lor să fie cu doi până la patru ani mai tinere decât ei şi cu cât un bărbat este mai în vârstă, cu atât mai tinere preferă să fie femeile din preajma lui. Într-un studiu cu privire la vârstele pe care bărbaţii le preferă pentru femei, profesorii Kenrick şi Keefe au descoperit că bărbaţii de 20 de ani preferă femei de 18, cei de 35 de ani preferă femei de 30 de ani, un bărbat de 48 de ani preferă o femeie de 37 de ani, iar altul trecut uşor de 50 de ani doreşte o femeie cu cel puţin 20 de ani mai tânără.

Diferenţa de vârstă, în ani

În mod instinctiv, bărbaţii par să priceapă legătura dintre

resurse şi abilitatea de a atrage femei mai tinere. Etnologul german Karl Grammer a studiat un serviciu matrimonial pe calculator în care erau implicaţi 2 638 de bărbaţi şi femei şi a descoperit că pe măsură ce veniturile bărbaţilor cresc, aceştia caută femei mai tinere. De exemplu, a descoperit că un bărbat care câştiga 10 000 de euro pe lună dorea femei cu 5-15 ani mai tinere decât el, în timp ce un bărbat care câştiga 1 000 de euro pe lună dorea o femeie mai tânără cu cel mult 5 ani. Pentru fiecare 1 000 de euro în plus pe lună corespundea o scădere de un an în vârsta dorită pentru parteneră[4]. Cu alte cuvinte, bărbaţii îşi dau seama că, cu cât sunt mai ridicate resursele lor, cu atât mai multe partenere pot atrage şi cu atât mai mare va fi valoarea reproducătoare a acestora. Când un bărbat este gata să-şi împartă resursele cu o anumită femeie, îşi sporeşte şansele de a avea o parteneră de valoare pentru că femeile care sunt dorite se pot agăţa exact de acel lucru pe care şi-l doresc – angajamentul pe termen lung cu un bărbat.

Asta înseamnă, aşadar, că dacă eşti o femeie trecută de 50 de ani şi lipsită de valoare reproducătoare eşti sortită singurătăţii? Nu, înseamnă doar că, asemenea femeilor mai tinere, o femeie mai în vârstă este nevoită să îşi păstreze înfăţişarea atrăgătoare dacă doreşte să rămână în acest joc al găsirii partenerilor.



În revistele pentru femei abundă articolele despre femei mature şi cum reuşesc acestea să îşi menţină înfăţişarea tânără. Ceea ce îi atrage pe bărbaţii de toate vârstele este să te îngrijeşti şi să arăţi mai tânără, nu neapărat că nu mai poţi avea copii. Gândiţi-vă la Joan Collins, Cher, Ivana Trump şi Madonna.

Al 22-lea lucru pe care şi-ar dori bărbaţii să-l ştie femeile:Dacă ceva din ce-am spus poate fi înţeles în două feluri şi unul dintre acestea te înfurie sau te întristează, am vrut să spun celălalt lucru.

Niciuna dintre aceste preferinţe ale bărbaţilor nu ar putea părea în ochii femeilor cinstită, corectă politic, de bun-simţ, rezonabilă, şi totuşi, ele sunt reale, fie că vă place sau nu. Odată ce pricepeţi care este originea preferinţelor bărbaţilor şi că acestea fac parte din constrângerile puternic înrădăcinate în creierele lor, veţi putea înţelege mai bine comportamentul bărbaţilor şi prin urmare veţi interacţiona mai lesne cu ei.

Revenirea la subiectul principal

Lista pe termen lung a bărbaţilor

Iată ce caută bărbaţii la o parteneră pe termen lung:

1. Personalitate
2. Atractivitate
3. Minte
4. Umor
5. Corp bun

Când veţi compara această listă cu următoarea – cea a preferinţelor femeilor cu privire la un partener pe termen lung – veţi vedea că sunt extrem de asemănătoare, personalitatea fiind prima preferinţă în ambele cazuri. Principala diferenţă este că femeile doresc un bărbat care este şi sensibil, în vreme ce bărbaţii preferă o femeie care să arate bine.

Lista pe termen lung a femeilor

Iată ce caută femeile la un partener pe termen lung:

1. Personalitate
2. Umor
3. Sensibilitate
4. Minte
5. Corp bun

Femeile din timpuri străvechi nu aveau o listă atât de extinsă, deoarece nu aveau nevoie decât de un bărbat care să facă rost de hrană şi să gonească agresorii. Bărbatul acelor vremuri nu era nevoit să poată rosti o glumă pentru a impresiona o femeie, să ştie să joace şah sau să-i înţeleagă acesteia sentimentele. Femeile de pe timpuri întâmpinau, de asemenea, mult mai puţine dificultăţi în găsirea unui partener decât femeile din secolul XXI, deoarece pe atunci nu existau cosmetice, sutiene cu push-up sau chirurgie estetică. Terenul de joacă al strămoşilor noştri era mult mai echilibrat şi echitabil.

Acum să vă spunem un pont pe care cele mai multe dintre femei nu-l ştiu: bărbaţii au două liste când vine vorba de partenere; majoritatea femeilor au doar una. Indiferent dacă femeia caută

un partener pe termen lung sau pe termen scurt, ea foloseşte pentru evaluare aceleaşi criterii pe care le-am pomenit anterior. Bărbaţii, totuşi, au o listă pe termen lung *şi* o alta pe termen scurt, pentru relaţii trecătoare.

Lista pe termen scurt a bărbaţilor

Iată lista lor pe termen scurt:

1. Atractivitate
2. Corp bun
3. Sâni
4. Fund
5. Personalitate

După cum puteţi vedea, în mare parte această listă constă în stimuli vizuali care provoacă o puternică activitate hormonală în hipotalamus şi amigdală, astfel încât lista pe termen scurt a bărbaţilor ţine numai de dorinţă. David Buss a enumerat 67 de caracteristici pe care bărbaţii şi femeile le-au menţionat ca fiind de dorit pentru un partener într-o aventură trecătoare. Printre acestea se numără: loialitate, sociabilitate, cinste, avere, bunătate, inteligenţă, farmec, educaţie, generozitate, responsabilitate şi cooperare. S-a descoperit că bărbaţii considerau aceste calităţi ca fiind mult mai puţin importante în cazul unei aventuri trecătoare decât femeile. De asemenea, bărbaţii erau în mod semnificativ mai puţin interesaţi decât femeile de anumite însuşiri negative ca promiscuitatea, alcoolismul, bisexualitatea sau abuzurile mentale. În schimb, bărbaţii consideră aceste atribute ca nefiind de dorit pentru o parteneră pe termen lung. Pentru relaţii de durată, bărbaţii sunt interesaţi de nevoia de angajament, de atractivitatea fizică, în vreme ce pilozitatea excesivă a femeii sau apetitul sexual scăzut sunt cu totul şi cu totul de nedorit. Bărbaţii consideră dorinţa unei femei de a-şi lua un angajament emoţional faţă de ei ca fiind de nedorit pe termen scurt, dar foarte importantă în cazul unei partenere pe termen lung sau viitoare soţii. Chiar şi o parteneră într-o relaţie trecătoare care este căsătorită este de

preferat uneia singure pentru că femeia măritată e mai puţin probabil să-şi dorească de la bărbat un angajament ferm.

Lista pe termen scurt a unui bărbat este cea care intră în funcţiune în cluburi, cârciumi, baruri, pe plajă, la sala de gimnastică şi, în general, oriunde se duce. Este, în principal, o listă fizică, deoarece, după cum au arătat radiografiile neuronale, bărbaţii sunt vizuali prin excelenţă şi primele lucruri pe care le remarcă la o femeie sunt faţa şi corpul. Acestei liste pe termen scurt îi răspund majoritatea femeilor în cea mai mare parte a timpului. Fie că vă place sau nu, asta caută bărbaţii pentru o aventură de-o noapte sau o relaţie pe termen scurt, dar nu şi în cazul uneia de lungă durată. Femeia care se îmbracă în mod constant ca o piţipoancă ieftină sau ca o prostituată corespunde acestor criterii. Fustele scurte, decolteuri adânci, machiajul strident şi comportamentul provocator, toate acestea sunt urmări ale listei pe termen scurt a bărbaţilor. De aceea, femeile care se înfăţişează astfel au parte mai ales de relaţii scurte cu bărbaţi. Pentru a atrage un bărbat într-o relaţie de lungă durată, o femeie trebuie să analizeze atent lista acestuia de cerinţe pe termen lung, să se îmbrace şi să se comporte în concordanţă cu aceasta, dar în acelaşi timp să ştie şi când să acţioneze potrivit listei pe termen scurt pentru a-i capta atenţia imediată.

Ce dezvăluie anunţurile matrimoniale

Anunţurile matrimoniale prin care diferite persoane caută parteneri scot în evidenţă în mod limpede diferenţele de preferinţe dintre bărbaţi şi femei. Bărbaţii nominalizează de cel puţin trei sau patru ori mai frecvent decât femeile atracţia fizică drept calitate fundamentală pentru partener, în vreme ce femeile au drept principală ţintă resursele – asta se traduce printr-un bărbat care are măcar o slujbă, o maşină şi un acoperiş deasupra capului.

Psihologul Mark Mason de la Nene College din Northampton a studiat 2 200 de anunţuri matrimoniale pentru a vedea care sunt cele mai frecvente cerinţe şi care sunt cele mai eficiente

anunţuri care îşi ating scopul. Formula pe care a găsit-o este să vorbeşti 70% despre tine şi 30% despre ceea ce îţi doreşti.

Iată un anunţ care s-a dovedit a fi eficient în cazul bărbaţilor care vor să-şi facă publică disponibilitatea de a se implica într-o relaţie:

> *Bărbat, 28 de ani, câştiguri bune, sincer şi serios, cu simţ al umorului, caut femeie tânără, grijulie şi atrăgătoare pentru o relaţie serioasă.*

Funcţionează, deoarece cititoarelor femei li se oferă exact ceea ce-şi doresc – resurse –, şi în schimb li se cere ce-şi doreşte el – tinereţe şi sănătate, care echivalează cu o bună valoare de reproducere.

Puneţi acest anunţ în balanţă cu cerinţele tipice ale unei femei, extrase, de asemenea, din paginile matrimonialelor – şi acest anunţ funcţionează foarte bine:

> *Femeie, atrăgătoare, subţirică, iubitoare şi sensibilă, caut bărbat cu venituri bune, cu simţ al umorului dezvoltat, independent, sincer, pentru o relaţie serioasă.*

În acest anunţ ea oferă un spirit matern şi calităţi fizice, dorind în schimb resurse.

Orice discuţie despre ce-şi doresc cu adevărat femeile sau bărbaţii atrage în mod inevitabil strigăte de protest din partea unora şi poveşti ale altora despre persoane care au reuşit să-şi găsească pe cineva deşi au dat anunţuri complet diferite faţă de modelele prezentate mai sus. Ţineţi cont de faptul că în această carte discutăm despre anumite principii fundamentale care sunt valabile pentru cei mai mulţi dintre oameni, nu şi pentru minorităţi sau excepţii.

De ce a devenit atractivitatea atât de importantă

Într-un studiu despre găsirea partenerilor, studiu care analizează diferite generaţii şi care s-a întins pe o perioadă de 50 de ani, începând cu 1940, au fost analizate criteriile bărbaţilor şi femeilor pentru a-şi găsi pe cineva. În fiecare interval de câte zece ani măsurat s-a observat că atractivitatea este foarte importantă la o femeie, în timp ce femeile vedeau această calitate ca fiind una de dorit la partener, dar nu foarte

importantă. Până în 1990, atât bărbaţii, cât şi femeile dădeau cu 50% mai multă importanţă atractivităţii fizice, iar procentul a crescut la 65% în cazul bărbaţilor până în 2008, faţă de un grup similar care a fost analizat în 1940. Acest lucru se datorează faptului că o tot mai mare globalizare şi o mai largă disponibilitate de alegere a unor posibili parteneri a devenit la îndemâna oricui la sfârşitul secolului XX, iar presa din toată lumea este obsedată de înfăţişarea unor imagini de femei şi bărbaţi perfecţi. De asemenea, studiul a scos în evidenţă faptul că importanţa pe care o acordăm atractivităţii nu este profund înrădăcinată în genele noastre, ci se poate schimba în funcţie de circumstanţe. Totuşi, din nefericire, cerem mult mai multă perfecţiune decât înaintaşii noştri.

Studiul mai arată şi că fenomenul acesta care îi priveşte pe bărbaţi este general, ţine de specie şi nu se limitează la o arie geografică. Bărbaţii letoni vor atractivitate, la fel şi cei greci sau islandezi, cei chinezi, marocani, inuiţi sau bărbaţii zulu. Preferinţele masculine pentru atractivitatea partenerelor acţionează de sute de mii de ani, iar acestea sunt răspunzătoare întru totul pentru apariţia unor industrii de multe miliarde de dolari precum chirurgia estetică sau cosmeticele. Aceste industrii înţeleg ce semnale declanşează o activitate hormonală intensă în creierul unui bărbat şi astfel produsele şi serviciile lor promit să le ofere femeilor exact aceste semnale pentru a-i atrage pe bărbaţi.

O femeie dezbrăcată se privea în oglinda din dormitor. Nu era deloc mulţumită de ceea ce vedea, aşa că i-a spus soţului ei: „Mă simt groaznic. Arăt bătrână, grasă şi urâtă. Am nevoie să-mi faci un compliment chiar acum. „ Soţul îi răspunse: „Ai însă o vedere perfectă!” Apoi s-a iscat cearta...

Bărbaţii caută atractivitatea la o femeie şi pentru că doresc o dovadă vizuală a faptului că au control asupra resurselor. O femeie care arată bine la braţul unui bărbat este mărturia clară a faptului că acesta dispune de resurse. Aici putem descoperi motivaţia din spatele ideii de „nevastă-trofeu”. O femeie atrăgătoare poate fi alăturată altor „trofee” precum obiectele

scumpe de artă, maşinile rapide, ceasurile de aur, titlurile pompoase, cu toate acestea bărbatul devenind mai atrăgător pentru alte femei şi potenţiale partenere. Cercetările conduse de dr. Buss au arătat că, indiferent de cultură, o parteneră neatrăgătoare duce la scăderea statutului social al unui bărbat, dar situaţia inversă are un efect mic sau complet inexistent asupra statutului unei femei, indiferent dacă partenerul acesteia arată ca Mike Tyson într-o zi proastă. Dacă, totuşi, are bani, putere şi resurse, omul respectiv tot e văzut ca o partidă bună, chiar dacă are un corp în formă de măr, iar faţa parcă i-ar fi fost lovită de un autobuz.

Ce înseamnă „atrăgător”?

Atractivitatea înseamnă că o femeie a cheltuit timp şi eforturi pentru a-şi prezenta atuurile într-o lumină cât mai bună şi pentru a-şi minimaliza neajunsurile. O femeie atrăgătoare se înfăţişează bine la orice oră şi nu uitaţi că bărbaţii sunt atraşi, în primul rând, de ceea ce văd, nu de ce este real. Atractivitatea fizică a unei femei este legată direct de starea ei de sănătate, de aceea bărbaţii au pus dintotdeauna mare preţ pe înfăţişare. Când o femeie mai în vârstă se îmbracă bine şi se machiază atent, ea poate fi descrisă drept atrăgătoare, dar ea, de fapt, nu face altceva decât să-şi recompună înfăţişarea şi semnalele din tinereţe, cele ale unei femei încă fertile. Cele mai multe dintre femei înţeleg acest fapt, iar industriile implicate în producţia de cosmetice, scăderea în greutate sau îmbrăcăminte aduc promisiunea că femeile se pot ridica la nivelul acestor criterii masculine.

Psihologul Paul Rozin a condus un experiment în care a întrebat mai mulţi bărbaţi şi femei despre percepţiile pe care le au despre prototipul femeii ideale. Le-a arătat subiecţilor imagini de corpuri feminine, de la trupuri extrem de slabe, până la altele de-a dreptul mătăhăloase. Fără excepţie, femeile au ales corpurile mai subţiri ca fiind cele mai atrăgătoare şi cele precum care „mi-ar plăcea să arăt”. Totuşi, pentru bărbaţi cele mai atrăgătoare au fost femeile cu un corp potrivit. Astfel reiese

cum femeile moderne cred în mod greşit că bărbaţii visează la trupuri cât mai suple. În general, bărbaţii preferă femei potrivite sau chiar peste medie, al căror corp are formă de clepsidră. Vom vedea mai târziu de ce.

În mod interesant, profesorul Donald Symons de la Departamentul de Antropologie al Universităţii din California, Santa Barbara, a fost primul care a demonstrat că într-o societate în care există mâncare din belşug – cum este cazul SUA –, bărbaţii sunt atraşi de femeile mai slabe, în vreme ce în societăţi în care mâncarea este mai puţin abundentă, bărbaţii sunt atraşi de femei mai corpolente. El a descoperit că foarte importantă era starea mentală asociată cu mâncarea, nu mâncarea în sine.

Luaţi o frunză din regiunea Amazonului

Pentru a capta atenţia bărbaţilor, femeile din anumite triburi din preajma Amazonului şi din Africa merg cu pieptul dezvelit şi poartă la mijloc un fel de centură subţire care porneşte dinspre labii şi merge până la fund. Femeile din lumea civilizată probabil că ar fi şocate de o asemenea abordare, dar în realitate este o diferenţă mică în ceea ce priveşte efectul faţă de ceea ce femeile „civilizate” fac pentru a-şi atrage bărbaţii. Se machiază pentru a induce convingerea că pielea lor este sănătoasă şi impecabilă, folosesc rimel pentru ca ochii lor să pară mai mari, rujul are rostul de a imita circulaţia sângelui în buze, îşi vopsesc părul blond pentru a mima tinereţea şi un nivel mai ridicat de estrogen, se supun unor operaţii estetice pentru ca feţele lor să pară mai tinere, ca de copil şi poartă sutiene cu *push-up,* fuste scurte, dresuri de nylon, tocuri înalte şi îşi injectează Botox în faţă – toate acestea fiind unelte de vânzări al căror scop este de a se adresa preferinţelor înrădăcinate în mintea bărbaţilor pentru tinereţe şi sănătate. După cum am afirmat, astfel se explică de ce bărbaţii se îndrăgostesc mai iute decât femeile – semnalele vizuale sunt instantanee.

Nu spunem asta pentru a evita asemenea lucruri, ci pentru a înţelege *de ce* le facem.

Ce caută bărbaţii la frumuseţe

Pentru animale nu există conceptul de frumuseţe. Niciun câine, nicio pisică şi niciun elefant nu a fost vreodată uimit de frumuseţea unui apus de soare, de un tablou de Monet sau de o cascadă. Nu există maimuţe urâte, nici pisici sau cai. În lumea animală, ceea ce poate fi considerat atrăgător sau frumos acţionează la un nivel foarte simplu – dacă e în călduri, e o mândreţe de femelă.

Totuşi, felul în care noi, oamenii, cântărim frumuseţea în tot ce ne înconjoară ne-a fost transmis de la strămoşi. Găsim că picturile sau tablourile sunt atrăgătoare atunci când imită lucrurile din lumea în care au evoluat strămoşii noştri – apă, animale, vreme, conflicte, adăposturi.

Abia întoarsă de la un control medical, Joanne, 45 de ani, îi spune soţului ei: „Doctorul meu spune că am sânii unei femei de 20 de ani. „ Soţul îi răspunde: „Dar de fundul tău lăsat de patruşcinci de ani n-a zis nimic?" „Nu, dragă, zise ea, nu s-a vorbit deloc despre tine. „

Bărbaţii evaluează, de asemenea, frumuseţea fizică a unei femei pe baza indiciilor care ar putea arăta capacitatea ei de reproducere. Aceste indicii includ o piele fină, părul puternic şi sănătos, un tonus muscular bun, ochi limpezi şi un nivel energetic ridicat. Toate acestea sunt lucruri pe care produsele cosmetice folosite de femei, şampoanele şi cremele promit să le ofere. Acestea indică tinereţe şi sănătate, atribute care echivalează cu valoarea ei de reproducere. Dintr-un punct de vedere evoluţionist, femeile tinere şi sănătoase puteau produce mai mulţi urmaşi, ceea ce-i conferea unui bărbat şanse sporite de supravieţuire a liniei lui genetice. În consecinţă, femeile care afişează un grad sporit de curăţenie sunt în mod universal considerate mai atractive, pe când femeile care par mai murdare sunt, în general, considerate mai puţin atrăgătoare, deoarece murdăria este corelată cu boala şi, prin urmare, cu şanse mai mici de supravieţuire a copilului.

Profesorul Randy Thornhill, un biolog evoluţionist de la Universitatea din New Mexico, a coordonat un experiment prin

care le-a cerut unor bărbaţi sau femei să noteze atractivitatea unor imagini care înfăţişau chipuri feminine. Feţele femeilor mai în vârstă au fost considerate mai puţin atrăgătoare de toţi participanţii, criticii bărbaţi acordând calificative mult mai mici decât criticii femei. Acest studiu arată cum femeile înţeleg în mod instinctiv cum funcţionează acest principiu şi de ce sunt *facelifi-uri*|*e* atât de populare.

Concursul nostru universal de frumuseţe

Lumea a devenit un uriaş concurs de frumuseţe în care se întrec aproape toate femeile, practic din orice cultură ar proveni. Mai mulţi bani se cheltuiesc acum pe înfăţişarea femeilor decât s-au cheltuit vreodată în istorie. Centrul atenţiei în ceea ce priveşte copertele revistelor pentru femei cade în ziua de azi în proporţie de 94% pe frumuseţea feminină, faţă de numai 18% în anii '40, când importante erau hainele, mâncarea şi anumite idei practice pentru casă. Cifra generală de afaceri în SUA care corespunde chirurgiei estetice, cosmeticii şi dietelor a ajuns să depăşească 100 de miliarde de dolari anual. Industria cosmetică nu a inventat imagini ale unor femei pe care să şi le dorească bărbaţii; pur şi simplu le-a exploatat cât s-a putut de mult. Feministele susţin că femeile care se supun industriei înfrumuseţării se comportă prosteşte şi se supun necondiţionat dorinţelor bărbaţilor, sau că sunt complet „spălate pe creier” de presă. Totuşi, realitatea e că industria cosmeticelor şi chirurgia estetică s-au dezvoltat din nevoia femeilor de a se întrece pentru a-i atrage pe bărbaţi. Femeile ştiu în mod instinctiv că făcând aceste lucruri îşi măresc şansele de a obţine ceea ce-şi doresc. Problema îngrijorătoare în toate acestea este că presa promovează un nivel de frumuseţe de neatins pentru majoritatea femeilor. Drept urmare, respectul de sine pe care îl au milioane de femei scade şi sunt complet ignoraţi ceilalţi factori pe care bărbaţii îi caută la o parteneră pe termen lung, calităţi precum personalitatea, inteligenţa sau simţul umorului.

Reacţia noastră faţă de chipuri atrăgătoare

este înnăscută

În 2003, Judith Langlois şi colegii ei de la Universitatea din Austin, Texas au dovedit prin cercetările lor că răspunsul uman la chipuri atrăgătoare este înnăscut şi nu dobândit prin cultură sau educaţie, aşa cum se credea înainte. Ea a arătat imagini ale unor oameni cu feţe mai mult sau mai puţin atrăgătoare unor bebeluşi de 8-12 săptămâni şi apoi unui al doilea grup de micuţi cu vârste cuprinse între 6 şi 8 luni şi s-a descoperit că şi unii şi ceilalţi îşi petreceau mai mult timp holbându-se la chipurile mai atrăgătoare decât la cele neatrăgătoare. Într-un al doilea experiment, Judith a analizat comportamentul unor copii de un an care se jucau cu păpuşi mai mult sau mai puţin urâte sau atrăgătoare şi a descoperit că toţi copiii se jucau mai mult timp cu păpuşile mai atrăgătoare şi le zâmbeau mai des.

Când un bărbat se uită la o femeie goală în Playboy, cu siguranţă nu se întreabă dacă ştie să gătească, să cânte la pian sau dacă are o personalitate drăguţă.

În mod interesant, studii interculturale au demonstrat, de asemenea, că există o formulă universală a frumuseţii – asta înseamnă că practic toată lumea este de acord cu privire la care este o faţă frumoasă şi care nu. În volumul *El e cu minciuna, ea vorbeşte-ntruna* am semnalat următorul adevăr: cu cât faţa unei femei este mai simetrică – ceea ce înseamnă că o parte a feţei se potriveşte cu cealaltă –, cu atât este ea considerată mai frumoasă. Pe măsură ce îmbătrâneşte, faţa ei devine mai puţin simetrică, de aceea feţele mai tinere sunt mai atrăgătoare.

Ce-i pune pe jar pe bărbaţi – raportul de 70% între solduri şi talie

9 9

Am mai pomenit de câteva ori despre acest raport din pricina importanţei pe care îl are pentru bărbaţi. Bărbaţii sunt constrânşi mental să caute acest raport – cunoscut şi ca fiind o „imagine de clepsidră” – şi femeile care îl au s-a demonstrat că

sunt cele mai fertile şi au cele mai ridicate şanse de a naşte. Acest raport este folosit în aproape toate reclamele în care apar femei care vând diferite produse bărbaţilor. Acest raport atrage atenţia bărbaţilor chiar şi atunci când femeia respectivă este supraponderală. Raportul de 70% contează de fapt, nu greutatea propriu-zisă. Aceasta, deoarece un raport de 70% între şolduri şi talie semnalează o fertilitate sporită a femeii, iar acumularea de ţesut adipos – mai ales pe fund sau pe coapse – este un indiciu despre capacitatea femeii de a alăpta un copil.

Mulţi bărbaţi cred că o femeie este cu atât mai puţin inteligentă cu cât are sânii mai mari. Realitatea e însă alta: cu cât sânii ei sunt mai mari, cu atât devin bărbaţii mai puţin inteligenţi.

În general, bărbaţii iubesc părţile corpului la o femeie pentru că diferă complet de ale lor. Acolo unde sunt linii curbate la ea, la el sunt linii drepte. Locurile moi ale ei sunt la el tari. Aşadar, când vine vorba de diferenţe fizice, opusele cu siguranţă se atrag.

Ce nu le stârneşte interesul bărbaţilor la femei

9 9

Femeia care se plânge întotdeauna de felul în care îşi percepe anumite imperfecţiuni ale corpului nu este deloc atrăgătoare pentru cei mai mulţi dintre bărbaţi. De exemplu:

„Am coapsele prea groase.”
„Am fundul prea mare.”
„Am prea multă celulită.”
„Sunt prea grasă/înaltă/scundă.”
„Am părul prea subţire/năclăit/dezordonat.”
„Mi se văd ridurile.”
„Sânii mei sunt prea mici/lăsaţi/deformaţi.”
„Îmi urăsc vergeturile/burta.”

Atunci când un bărbat este cu o femeie, el este de obicei motivat de anumite trăsături fizice mai bine conturate ale acesteia şi nu are ochi să-i vadă imperfecţiunile. Atunci când îi face ochi dulci,

o scoate la cină, este romantic şi îi face curte, de obicei bărbatul este atât de invadat de dopamină şi alţi hormoni încât *orice* deficienţă pe care ea crede că ar avea-o încetează să existe, din punctul lui de vedere.

În ceea ce priveşte femeile, bărbaţii sunt fiinţe foarte simple. Nu mărimea sau forma corpului unei femei îi descurajează pe bărbaţi, ci mărimea îndoielilor ei despre cum îi este perceput corpul. Un studiu desfăşurat în Australia, în 2008, pentru femei cu vârste cuprinse între 13 şi 28 de ani arată că 86% dintre acestea erau nemulţumite de felul în care arătau şi ar fi luat în considerare, pentru a schimba ceva, toate opţiunile cu putinţă, inclusiv chirurgia estetică. Bărbaţii din ziua de azi au obosit să tot audă această placă şi pur şi simplu nu le mai pasă. Când bărbatul este excitat, vergeturile ei brusc devin moi şi sexy, coapsele mari sunt frumoase, iar părul ei răvăşit arată perfect, dar o femeie care se plânge cu privire la lipsurile ei devine complet neatrăgătoare pentru el. Simplu ca bună-ziua.

Alegerile fizice pentru homosexuali, bărbaţi şi femei

Elizabeth Hill, profesor asociat de psihologie la Universitatea din Detroit, Mercy, şi asociatul ei, William Jankowiak le-au cerut unor bărbaţi şi femei heterosexuali şi homosexuali să noteze atracţia fizică pe care le-o stârnesc o serie de imagini ale altor oameni. S-a descoperit că atât bărbaţii heterosexuali, cât şi cei homosexuali au acordat calificative apropiate, arătând rezultate aproape identice când vine vorba de preferinţele legate de tinereţea şi frumuseţea fizică a potenţialilor parteneri. Cu toate acestea, femeile homosexuale şi heterosexuale acordau puţină importanţă tinereţii în cântărirea atractivităţii. În analiza pe care au făcut-o anunţurilor matrimoniale din reviste, Hill şi Jankowiak au descoperit că femeile şi bărbaţii heterosexuali şi bărbaţii homosexuali se aseamănă dintr-un punct de vedere: una din trei astfel de persoane cerea să vadă o fotografie a potenţialului partener, în vreme ce numai una din opt lesbiene dorea să vadă o imagine. Când vine vorba de pomenirea unor

detalii fizice despre propria persoană, precum greutate, înălţime, culoarea ochilor, constituţia şi condiţia fizică, trei din patru bărbaţi homosexuali sau heterosexuali nu au probleme în a le menţiona; în schimb, numai una din cinci femei heterosexuale oferă asemenea amănunte. Iar dintre femeile homosexuale, numai una din paisprezece.

Într-o altă cercetare, Blumstein şi Schwartz au studiat 12 000 de cupluri, inclusiv 969 cupluri de bărbaţi homosexuali şi 788 de cupluri de lesbiene, şi au descoperit că până şi în relaţiile permanente aceste criterii continuau să funcţioneze. S-a descoperit că 57% dintre bărbaţii homosexuali şi 59% dintre cei heterosexuali simţeau că era important ca partenera sau partenerul să arate sexy, rezultate comparate cu numai 35% în cazul lesbienelor şi 31% în cel al femeilor heterosexuale. Concluzia care se desprinde de aici este că atât masculii homosexuali, cât şi cei heterosexuali au aceleaşi preferinţe în ceea ce priveşte împerecherea; singurul lucru care diferă este sexul partenerului.

Cum au ajuns guvernele să fie noul soţ

Castitatea şi loialitatea femeilor sunt direct legate de dependenţa lor de resursele unor bărbaţi. În ţări în care guvernele oferă programe solide de asistenţă socială pentru femeile părăsite, precum Marea Britanie, Australia şi Suedia, femeile sunt mai puţin dependente de resursele bărbaţilor, deoarece, de fapt, guvernele şi-au asumat acest rol – acela de a oferi resurse. Acesta este unul dintre principalele motive pentru care cotele sexului premarital sau extramarital sunt foarte ridicate în ţări care au un nivel ridicat de asistenţă socială şi explică de ce sexul în afara căsătoriei este atât de rar în ţări care nu oferă mai deloc asistenţă socială, precum China şi India. În aceste locuri, bărbaţii deţin resurse, iar femeile nu doresc să le piardă.

Andrew s-a dus la Biroul pentru Securitate Socială pentru a face o cerere de ajutor pentru persoane în vârstă. Femeia din spatele ghişeului îi ceru permisul de conducere pentru a-i verifica vârsta, dar domnul îşi lăsase portofelul acasă. Spuse că ar trebui să meargă acasă şi să se întoarcă mai târziu.

Femeia îi spuse: „Descheiaţi-vă la cămaşă. „

Aşa că el se descheie la cămaşă, lăsând la iveală părul alb de pe piept.

„Cârlionţii ăştia argintii de pe piept sunt o dovadă suficientă pentru mine”, îi spuse funcţionara şi îi înregistră cererea.

întors acasă, bărbatul îi povesti nevestei ce se întâmplase.

„Ar fi trebuit să-ţi dai jos şi pantalonii, zise ea. Poate aşa primeai şi ajutor pentru persoane cu dizabilităţi.”

Rezumat

Aproape toate studiile din ultimii 60 de ani despre ceea ce-şi doresc bărbaţii au ajuns la aceeaşi concluzie ca şi cea indicată de pictori, poeţi sau scriitori în ultimii 6 000 de ani – felul în care arată o femeie, corpul ei şi ce poate face cu el sunt mai atrăgătoare pentru bărbaţi decât inteligenţa sau alte atribute ale ei. Şi asta se întâmplă în ciuda vremurile corecte politic pe care le trăim. Bărbatul secolului XXI caută la o femeie exact aceleaşi lucruri ca şi înaintaşii lui – abilitatea acesteia de a-i duce genele mai departe şi de a-l îngriji pe el şi odraslele lui. Pe termen scurt, bărbatul caută sănătate, tinereţe şi disponibilitate. Pe termen lung, totuşi, pune preţ şi pe umor, inteligenţă, personalitate şi o atitudine generală mai grijulie.

Din nefericire, într-o săptămână obişnuită, un bărbat normal este expus la peste 500 de imagini ale unor femei „perfecte” în ziare şi reviste, pe afişe sau la televizor. Cele mai multe dintre aceste imagini sunt rezultatul machiajului şi al tehnologiei, precum prelucrarea pe calculator sau efecte speciale de lumini. Rareori fotografiile înfăţişează o persoană adevărată.

Ce-şi doresc, de fapt, femeile: să fie iubite, adorate, respectate, să ai încredere în ele, să ai nevoie de ele, să fie lăudate, răsfăţate, îmbrăţişate, sprijinite, consolate, să li se facă deseori complimente, să fie fermecate, protejate, strânse la piept, venerate.

Ce-şi doresc, de fapt, bărbaţii: bilete la meciul din finală.

În cele din urmă, ce-şi doresc cu adevărat bărbaţii în ceea ce priveşte sexul? Răspunsul e simplu: totul. Oricând, oriunde şi în aproape orice condiţii. O femeie poate găsi aproape oricând un partener pentru sex, cheia e la ea. Bărbaţii, cu toate acestea, au evoluat fiind nevoiţi să vâneze sexul şi să se întreacă alături de alţi bărbaţi pentru acest scop, fiind influenţaţi de obiectivul de

a-şi împrăştia genele şi a avea copii cu cât mai multe femei cu putinţă. De aceea au devenit bărbaţii nişte oportunişti sexuali. Femeia din ziua de azi încă mai are nevoie de un motiv pentru a face sex; bărbatul din ziua de azi încă are nevoie numai de un loc potrivit. În cele ce urmează, să vedem ce-şi doresc bărbaţii şi femeile de la amorurile trecătoare sau de la aventurile de-o noapte.

- **Deşi poate că nu sunt conştienţi de acest lucru, bărbaţii caută femei care pot oferi servicii – sex, îngrijire, gătit, abilitatea de a avea copii etc.**
- **Bărbaţii răspund unor stimuli vizuali – vă place sau nu, înfăţişarea fizică este importantă pentru bărbaţi.**
- **Ca şi strămoşii lor, bărbaţii din zilele noastre caută la o femeie tinereţe, fertilitate şi sănătate – toate indicii ale faptului că ea îi poate duce mai departe genele.**
- **Ceea ce omoară pasiunea oricărui bărbat este nesiguranţa femeii cu privire la corpul ei.**

Note:

4 Grammer (1992). Rezultatele au fost aduse la zi potrivit veniturilor din 2009. *(N. a.)*

CAPITOLUL 5
Se caută: relaţie serioasă de o noapte – sex pasager

9 PJO ' EiTOUI LUtp-EOI IUI WI1Q

Sâmbătă-noaptea, ora 2330, la un bar.

(întoarceţi invers imaginea.)

Imaginaţi-vă scena următoare. Vă plimbaţi agale pe stradă când o persoană atrăgătoare se apropie şi vă cere să faceţi sex cu ea chiar acum, în camioneta care se află în parcarea privată din apropiere. Dacă sunteţi precum 99,2% dintre femei, răspunsul imediat va fi „Nu!”. Dar dacă vă asemănaţi cu trei bărbaţi din patru, răspunsul va fi afirmativ. În acest capitol vom vedea de ce oamenii fac sex pasager şi au aventuri de o noapte.

În 1982, chiar înaintea izbucnirii crizei SIDA, doi cercetători, dr. Clark şi dr. Hatfield au condus un experiment în campusul unui colegiu american. Un număr îndeajuns de mare de inşi aparţinând sexului opus faţă de subiecţi, persoane atrăgătoare, urmau să se apropie de studenţi, să le spună că i-au observat prin preajmă şi că îi consideră foarte atrăgători. Apoi ar urma să le adreseze una dintre următoarele trei întrebări:

Ai vrea să ieşi cu mine?

Ai vrea să mă însoţeşti în apartamentul meu?

Ai vrea să faci sex cu mine?

În vreme ce 76% dintre bărbaţi erau de acord să facă sex cu acea femeie atrăgătoare, aproape niciuna dintre femei nu a fost de acord să întreţină relaţii amoroase cu necunoscutul respectiv, deşi aproximativ jumătate dintre acestea au fost de acord să iasă la o întâlnire cu el. Dr. Clark a repetat experimentul în 1989 pentru a vedea ce impact a avut criza SIDA asupra dorinţei oamenilor de a se angaja în aventuri trecătoare. În lumea post-SIDA bărbaţii erau aproape la fel de dispuşi să accepte sexul pasager, în vreme ce femeile au rămas la fel de neîncrezătoare, chiar dacă jumătate dintre ele au continuat să dorească o primă întâlnire.

Ne putem gândi că aceste femei – studente încă în Florida în perioada de maxim avânt a revoluţiei sexuale – aveau o atitudine neîngrădită cu privire la sexul pasager; totuşi, un individ complet străin, indiferent de cum arăta, pur şi simplu nu putea trece de pragul iniţial dincolo de care o femeie l-ar fi putut lua în considerare drept partener. Studiul a demonstrat, de asemenea, că pentru cei mai mulţi dintre bărbaţi o străină putea foarte bine să corespundă criteriilor de selecţie a partenerelor pentru aventuri trecătoare, de vreme ce 76% dintre bărbaţi au răspuns „da” la propunerea unei femei atrăgătoare pe care nu o mai întâlniseră niciodată. Acest lucru este perfect normal pentru că bărbaţii acţionau potrivit listei mentale pe termen scurt şi erau puşi pe jar de hormoni.

După 1989, experimentul a fost repetat de multe ori, rezultatele fiind de fiecare dată aproape neschimbate. Cu cât bărbatul

necunoscut era mai atrăgător, cu atât mai probabil era ca femeile să fie de acord să se întâlnească cu el, dar tot nu se învoiau şi la sex. În cazul bărbaţilor, cu cât mai atrăgătoare era femeia necunoscută, cu atât erau mai dispuşi să facă sex cu ea. În timp ce, în general, femeile erau surprinse, nedumerite sau de-a dreptul ofensate de o asemenea propunere spontană, majoritatea bărbaţilor erau excitaţi şi chiar flataţi.

În cadrul unui alt experiment, 99 de studenţi de la o universitate americană au completat un chestionar secret cu privire la atitudinile lor în legătură cu intimităţile sexuale. Printre alte concluzii, s-a constatat că bărbaţii erau în mod semnificativ mai dispuşi decât femeile:

1. Să facă sex cu o persoană pe care o ştiu de numai trei ore.
2. Să facă sex cu două persoane diferite într-un interval de şase ore.
3. Să facă sex cu o persoană pe care nu o iubesc.
4. Să facă sex cu o persoană cu care nu aveau o relaţie bună.

Acest studiu scoate la iveală felul în care răspunsurile noastre în faţa oportunităţilor sexuale se pare că au rămas neschimbate de mii de ani.

Kinsey a descoperit că 69% dintre bărbaţii americani au întreţinut relaţii sexuale cu o prostituată, iar 15% dintre aceştia fac acest lucru în mod regulat, în vreme ce procentul femeilor care apelează la serviciile unui „profesionist" este sub 1%.

Ce este sexul pasager?

Există multe definiţii care încearcă să explice ce este sexul pasager. Iată câteva sintagme pe care poate le-aţi auzit: a-ţi sfârâi călcâiele, a agăţa, sex anonim, prieten(ă) de la care îţi iese ceva, partener(ă) de regulat, aventură de-o noapte, întâlnire ca din senin. Spuneţi-i cum doriţi, nu e vorba decât de

întâlniri sexuale trecătoare cu străini. Poate însemna, de asemenea, înţelegerea dintre doi oameni să facă sex, fără obligaţii, în mod constant.

Mai întâi, sexul pasager pare să implice oameni care se concentrează mai cu seamă pe satisfacţia fizică a sexului, decât pe cea emoţională. Cei mai mulţi cred că sexului pasager îi lipsesc legăturile emoţionale care vin odată cu relaţiile, iar sexul fără obligaţii şi legături sună foarte incitant pentru bărbaţi, dar după cum veţi vedea, nu este şi cazul femeilor. Comportamentul unora dintre femeile din ziua de azi provoacă o iluzie – aceea că motivele pentru care ar accepta o aventură trecătoare sunt similare cu acelea ale bărbaţilor, dar nu este aşa. Singurele momente când femeile sunt înclinate să aibă o aventură din motive de satisfacere a unor nevoi fizice sunt atunci când au un nivel ridicat al testosteronului (şi nu e cazul decât pentru mai puţin de 20% dintre ele) sau dacă se află la ovulaţie, iar corpul lor este în căutarea celui mai bun mascul, posesor al celor mai bune gene. Chiar şi în aceste două situaţii, femeia tot va avea nişte criterii minime de selecţie atunci când vine vorba de sex cu un necunoscut. Pentru a dori sex numai ca necesitate fizică este nevoie de un nivel foarte ridicat de testosteron, pe care cele mai multe dintre femei nu-l au. Bărbaţii în schimb au întotdeauna testosteron din plin. Pentru femei motivele sunt mai profunde. Vom analiza în amănunt aceste motivaţii puţin mai târziu. În 2008, dr. David Schmitt de la Universitatea Bradley din Illinois a chestionat 14 000 de oameni din 48 de ţări care au fost nevoiţi să răspundă la întrebări cu privire la sexul pasager, cu câţi parteneri se aşteptau să facă sex în următorii cinci ani şi cât de în largul lor se simţeau cu ideea aventurilor trecătoare. Rezultatele au fost transformate într-un index „sociosexual” – un etalon pentru a măsura cât de libertini sunt oamenii în gând şi-n comportament.

Triburile africane nu au fost incluse în această cercetare, deşi se ştie că sunt poate oamenii cu cea mai mare promiscuitate de pe faţa pământului. Într-un clasament alcătuit pe baza frecvenţei aventurilor de o noapte, a numărului de parteneri şi a

atitudinilor cu privire la sex, Finlanda a ieşit pe primul loc, urmată îndeaproape de Suedia.

În cazul ţărilor cu o populaţie mai mare de 10 milioane de locuitori, pe primul loc la sex pasager a ieşit Marea Britanie, clasându-se tot pe primul loc şi la BTS (boli cu transmitere sexuală). Aceste rezultate probabil că se datorează declinului religiei, impactului egalităţii drepturilor pentru bărbaţi şi femei şi dezvoltării unei culturi care a ajuns să fie obsedată de sex, de vreme ce pendulul moral al Marii Britanii a ajuns să oscileze mai degrabă într-o poziţie complet opusă faţă de valorile victoriene.

Clasamentul ţărilor în funcţie de promiscuitate
(2008, OECD)

1. Marea Britanie
2. Germania
3. Olanda
4. Cehia
5. Australia
6. Statele Unite
7. Franţa
8. Turcia
9. Mexic
10. Canada
11. Italia
12. Polonia
13. Spania
14. Grecia
15. Portugalia

O definiţie pentru sintagma „relaţie sexuală”

Când vine vorba de a stabili ce înseamnă cu adevărat o „relaţie sexuală” şi dacă partenerul v-a trădat sau nu, bărbaţii şi femeile folosesc definiţii diferite. Am analizat şase studii diferite cu privire la această întrebare, într-o tentativă de a găsi definiţia potrivită pentru sintagma „relaţie sexuală”. Subiectul a devenit unul fierbinte când preşedintele american Bill Clinton a făcut

celebra declaraţie cu privire la Monica Lewinsky: „Nu am întreţinut relaţii sexuale cu femeia respectivă.” Din punct de vedere legal, preşedintele avea dreptate, deoarece sexul oral nu este clasificat la capitolul de relaţii sexuale, potrivit legii, dar pentru noi toţi a fost limpede că Bill Clinton a avut o relaţie sexuală cu ea. Iată varianta extinsă a definiţiei care explică ce sunt cu adevărat „relaţiile sexuale”, atât potrivit bărbaţilor, cât şi femeilor:

Definiţia bărbaţilor: orice activitate sexuală, inclusiv sexul oral şi sexul normal.
Definiţia femeilor: orice activitate sexuală, fizică sau emoţională cu o persoană de care te leagă ceva.

Din punctul de vedere al unui bărbat, „relaţie sexuală” înseamnă orice implică o activitate fizică, de la atingeri intime la sex normal. Cu toate acestea, pentru o femeie înseamnă orice activitate, fizică sau nu, în care se implică un partener şi în urma căreia se stabileşte o legătură emoţională cu altcineva. Această definiţie se extinde de la preludiu, atingeri sexuale sau dans incitant până la întâlniri secrete pentru a bea o cafea sau a lua prânzul, emailuri personale sau convorbiri pe internet, chiar dacă sexul nu a avut loc. Toate studiile au arătat că bărbaţii definesc intimitatea sexuală ca fiind o activitate fizică sexuală de orice natură, în vreme ce femeile văd lucrurile din punct de vedere emoţional, al angajamentului şi al conotaţiilor relaţionale. Această concluzie se leagă foarte bine de una dintre afirmaţiile pe care am făcut-o anterior în această carte – pentru bărbaţi sexul e sex şi atât, în vreme ce femeile văd în sex o expresie a iubirii.

Aproape toţi cercetătorii au ajuns la ideea că bărbaţii sunt mai entuziaşti decât femeile să facă sex fără a se implica emoţional sau sentimental. În 1990, antropologii John Townsend şi Gary Levy de la Syracuse University au studiat un număr de 382 de subiecţi şi au descoperit că bărbaţii se hotărăsc dacă sunt sau nu dispuşi să facă sex cu o anumită persoană judecând numai după cât de atractivă este femeia respectivă. S-a descoperit că

pentru femei interveneau numeroşi alţi factori care le influenţau decizia de a face sex cu cineva, printre aceştia numărându-se afecţiunea, angajamentul şi resursele – „Mă iubeşte?”, „Este el interesat să continue relaţia cu mine?”, „Mai există vreo altă femeie în viaţa lui?” şi „Are el bani sau măcar potenţial de a-i agonisi?”

Într-un alt studiu, sociobiologii Ellis şi Symons au descoperit că femeile mai tinere este mai probabil să facă sex cu un bărbat dacă acesta indică faptul că are potenţial şi că i-ar păsa de posibilii copii pe care femeia îi are deja sau cărora lear putea da naştere în viitor. Deşi femeile mai în vârstă sunt mai puţin interesate de potenţialul bărbatului de a le sprijini în creşterea copiilor, ţin, totuşi, cont de resursele de care dispune un bărbat, acestea fiind un criteriu foarte important pentru a se hotărî dacă fac sau nu sex cu el.

În luarea unei decizii cu privire la consimţământul de a face sex al unei femei cu un bărbat contează şi de cât timp aceasta îl cunoaşte. De exemplu, studiul a demonstrat că majoritatea femeilor ar alege să facă sex cu un bărbat atrăgător pe care îl cunosc de cel puţin cinci ani, dar cele mai multe nu s-ar simţi la fel de motivate dacă l-ar cunoaşte pe acel bărbat de numai şase luni. Pentru bărbaţi, timpul nu are importanţă – prea puţin contează dacă o cunoaşte de cinci ani sau de cinci minute, el oricum e disponibil.

De ce facem sex pasager

Dezavantajele sexului pasager pentru bărbaţi sunt evidente – s-ar putea alege cu reputaţia de fustangiu, ar putea contacta vreo boală neplăcută, s-ar trezi atacaţi de vreun soţ gelos, ar pierde bunuri de mare valoare în urma unui divorţ costisitor sau s-ar vedea nevoiţi să plătească pensie alimentară pentru unii copii care poate că nici nu sunt ai lor. Femeile riscă să fie considerate uşoare, alegându-se cu atribute ca „boarfa” sau „târfă”, ceea ce poate fi atrăgător pentru bărbaţi pentru aventuri trecătoare, dar nu şi pentru alegerea unei partenere pe termen lung, din pricina unor lucruri legate de paternitate. O femeie care acceptă sexul

pasager riscă, de asemenea, să ajungă o mamă singură, şi astfel îi scad „cota de piaţă” şi acţiunile la bursă, plus că este respinsă de partener şi pierde accesul la resursele lui. Beneficiile pentru bărbaţi sunt destul de clare din punct de vedere evoluţionist – reproducerea. Pentru a atinge acest scop, bărbaţii doresc să facă sex cu cât mai multe femei atrăgătoare. Asta nu înseamnă că un bărbat va şi face asta; înseamnă doar că este condiţionat să- şi *dorească* s-o facă. Dacă are 50 de iubite, ar putea produce 50 şi mai bine de copii anual, ceea ce are noimă din punct de vedere al supravieţuirii speciei. Nu ar avea nicio logică din punct de vedere evoluţionist ca o femeie să aibă 50 de amanţi – tot unui singur copil pe an îi poate da naştere. Asta înseamnă că femeile din timpuri străvechi trebuie să fi avut alte motive pentru care au acceptat sexul pasager. Comportamentul afişat de unele dintre femeile din zilele noastre poate produce iluzia că femeile care caută sexul pasager o fac din aceleaşi motive ca şi bărbaţii. Aceste femei se îmbată, se poartă agresiv, jignesc, înjură, agaţă bărbaţi şi au aventuri de-o noapte. Acţiunile lor par să fie asemănătoare, dar motivaţiile lor sunt *foarte* diferite.
Există patru motive principale pentru care femeile de ieri sau de azi acceptă relaţiile trecătoare şi sexul pasager:

1. Din pricini care ţin de stima de sine
2. Pentru a evalua potenţialul pe termen lung al bărbaţilor
3. Pentru a obţine un beneficiu
4. Pentru a găsi gene mai bune

1. Pricini care tin de stima de sine
Sexul pasager şi aventurile amoroase îi îngăduie unei femei să-şi evalueze „cota de piaţă” şi astfel să afle cât de dorită este ca parteneră. În timpuri străvechi, era foarte important pentru ea să ştie o astfel de informaţie pentru că altfel ar fi existat riscul să se subaprecieze, alegându-se astfel cu un partener care i-ar fi oferit mai puţine resurse decât ar fi putut ea obţine altminteri. Dacă ea s-ar fi supraestimat – să zicem că şi-ar fi acordat nota nouă din zece, deşi ea era de şapte – ar fi putut să atragă iniţial un bărbat de nota nouă, dar când, în cele din urmă, acesta şi-ar

fi dat seama că ea e numai o femeie de nota şapte (bărbaţii nu se prind foarte repede de asemenea lucruri), ar începe să caute o femeie de nota nouă. Femeile înşelate de parteneri adeseori caută sexul pasager pentru aşi spori respectul de sine şi a-şi recâştiga „ratingul cuplării". (Vom analiza acest lucru amănunţit în capitolul 7.) Cu alte cuvinte, aceste femei nu fac altceva decât să caute o a doua opinie. Uneori o fac numai pentru a fi chit.

2. Evaluarea potenţialului pe termen lung al bărbaţilor

Aventurile sexuale îi permit, de asemenea, unei femei să evalueze potenţialul unui bărbat de a fi un bun partener pe termen lung sau soţ. Femeile din ziua de azi care practică sexul pasager nu mai au parte de aceeaşi respingere socială ca femeile din trecut. O întâlnire trecătoare îi dă prilejul unei femei să testeze atractivitatea unui bărbat, compatibilitatea, resursele, generozitatea şi potenţialul acestuia de a-şi lua angajamente. Cu alte cuvinte, ea îi pune un termometru în gură şi-i verifică temperatura. Spre deosebire de bărbaţi, înainte de a începe o aventură femeile sunt preocupate de relaţiile existente ale unui bărbat, de promiscuitatea acestuia, fapt care arată că ele îi testează, de asemenea, şi potenţialul pe termen lung de soţ. Bărbaţii văd în promiscuitatea unei femei şi în alte relaţii pe care aceasta le-ar putea avea ceva mai degrabă pozitiv, deoarece înseamnă că femeia este mai accesibilă, mai uşor de atins şi că, dacă este căsătorită nu-i va cere să-şi ia vreun angajament. De aceea, atunci când mai multe femei o numesc pe o alta uşuratică, aceasta din urmă creşte în ochii bărbaţilor aflaţi în căutare de sex pasager.

3. Obţinerea unui beneficiu

O privire aruncată asupra societăţilor mai degrabă primitive de vânători- culegători care încă există în zona Amazonului, în Borneo sau Africa aruncă o oarecare lumină asupra acestui aspect. Femeile de acolo oferă sex pasager în schimbul unor daruri – hrană, bijuterii, podoabe, scoici, tutun – cu alte cuvinte, resurse imediate. David Buss a descoperit că femeile doreau numeroase daruri, bani, un stil de viaţă extravagant şi generozitate la începutul unei aventuri amoroase, dar că

apreciază mult mai puţin aceste atribute dacă este vorba despre soţ. Vor ca un potenţial soţ să arate, în primul rând, bunătate, grijă, empatie şi înţelegere.

Nu contează cât de multe animale au fost ucise pentru o haină de blană, ci cu câte animale a fost nevoită o femeie să se culce pentru a obţine acea haină de blană.

Angela LaGreca

În societăţile de pe timpuri, precum şi în culturile moderne tribale, oferirea de favoruri sexuale de către o femeie fără bărbat îi putea garanta acesteia protecţie în faţa agresiunilor altor masculi. În societăţile tribale în care mâncarea este împărţită între toţi membrii comunităţii, este de două ori mai probabil ca femeile să caute aventuri pasagere, deoarece grupul în ansamblu oferă cele mai multe resurse. În societăţi civilizate precum Suedia, unde autorităţile guvernamentale oferă resurse prin intermediul unor programe de asistenţă socială, tot mai multe cupluri trăiesc în afara căsătoriei şi este tot mai posibil ca ambii parteneri să se angajeze în relaţii trecătoare decât în alte ţări vestice sau europene, acolo unde beneficiile obţinute prin programe de asistenţă socială sunt în mod semnificativ mai scăzute.

4. Găsirea unor gene mai bune

Un posibil al patrulea motiv pentru ca o femeie să aleagă sexul pasager este acela de a obţine gene mai bune pentru copiii ei. Are noimă ca o femeie să dorească un bărbat generos cu propriile resurse, dar care îi poate oferi, de asemenea, cele mai bune gene cu putinţă pentru urmaşi. Cu cât sunt mai bune genele unui copil, cu atât este mai probabil ca acela să aibă o viaţă mai bogată, mai sănătoasă, să atragă parteneri mai mulţi şi mai de valoare şi să fie mai fericit. Soţia dorea un bărbat care să-i ofere îngrijire zi de zi, protecţie şi resurse, dar tânjea totodată după genele superioare ale unui alt bărbat. Dorinţa ei de a căpăta gene mai bune prinde contur în perioada cuprinsă între a 13-a şi a 15-a zi a ciclului menstrual, atunci când se află la ovulaţie, iar corpul femeii cere gene care vor asigura o mai

bună şansă de supravieţuire pentru urmaşi. Înseamnă că ea şi l-ar dori acasă pe Hugh Grant în majoritatea timpului, dar corpul ei ar vrea genele lui Hugh Jackman o dată pe lună.

Cum ne simţim după o aventură amoroasă

Pentru cei mai mulţi dintre bărbaţi o partidă de sex pasager sau o aventură de-o noapte poate trece în uitare repede şi foarte uşor. Bărbaţii sunt înclinaţi să procreeze, colcăie în ei testosteronul, iar minţile lor pot separa dragostea de sex. Pentru majoritatea bărbaţilor, sexul pasager este sex şi atât, iar acesta este un concept greu de înţeles pentru creierul feminin.

Toate studiile şi cercetările cu privire la sexul pasager indică faptul că mai toţi bărbaţii raportează un nivel foarte ridicat de satisfacţie şi au tendinţa să experimenteze vagi remuşcări. Impresiile femeilor din „dimineaţa de după” sunt foarte diferite. Cele mai multe femei raportează o lipsă de satisfacţie, remuşcări şi un respect de sine mai scăzut. În 2008, într-un studiu coordonat de prof. Anne Campbell de la Universitatea Durham, li s-a cerut unui număr de 1 743 bărbaţi şi femei care au avut parte de aventuri de o noapte să-şi descrie sentimentele pozitive sau negative din dimineaţa următoare. Deloc surprinzător, 80% dintre bărbaţi aveau per ansamblu sentimente pozitive, faţă de numai 54% dintre femei.

Bărbaţii, de asemenea, au semnalat o mai mare satisfacţie sexuală, precum şi o creştere a sentimentelor de mulţumire şi stimă de sine. Mai degrabă un bărbat decât o femeie îşi dorea să povestească prietenilor experienţa respectivă.

Remuşcările sunt mai intense în cazul femeilor de peste 40 de ani şi asta se întâmplă în mare parte, deoarece li s-a inoculat în minte de către părinţi cu valori postvictoriene sau de religie ideea că sexul este murdar, dezgustător sau ruşinos. Studiile au arătat că femeile mai tinere în general nu sunt încercate de asemenea sentimente de vină într-o măsură la fel de mare ca femeile mai în vârstă, dar chiar şi ele semnalează un nivel scăzut de satisfacţie şi un oarecare grad de ură faţă de propria persoană după o aventură.

Cum influenţează taţii atitudinile copiilor lor

În 1991, cercetătorii Patricia Draper şi Jay Belsky au sesizat faptul că prezenţa sau absenţa tatălui într-un cămin în care este crescut un băiat influenţează puternic strategiile sexuale ale acelui copil, atunci când va ajunge matur. S-a observat că fiii

care au crescut alături de tată ajung la rândul lor să fie taţi buni, în vreme ce mai toţi cei crescuţi fără tată ajung nişte neisprăviţi. De asemenea, în cazul familiilor lipsite de tată s-a observat o creştere spectaculoasă a promiscuităţii fetelor, precum şi o instalare prematură a ciclului menstrual. Concluzia ar fi că aceste fete au ajuns să creadă că bărbaţii nu sunt de încredere ca aducători de resurse, şi odată ajunse adolescente şi adulte caută resurse printr-un număr sporit de aventuri şi întâlniri sexuale pasagere.

Câţi parteneri doriţi?

Numărul de parteneri pe care este probabil să-i aibă cineva este determinat, în primul rând, de mediul de viaţă şi de restricţiile impuse persoanei în cauză. Unele societăţi încurajează sexul pasager ca formă de realizare a unor legături şi de răsplată pentru vizitatori, aşa cum s-au putut din fericire convinge pe pielea lor Fletcher Christian şi echipajul său revoltat de pe *Bounty,* atunci când au acostat, în 1789, în insulele Tahiti. În alte societăţi, precum ţările din Orientul Mijlociu, femeile au obiceiul să îşi acopere trupul din cap până-n picioare pentru a nu stârni posibile abordări nedorite. În locuri precum India, femeile care se implică în aventuri sexuale pot fi considerate o pată pe blazonul familiei lor şi pot ajunge în mâinile unor alţi membri ai familiei suferind ceea ce se cheamă „crime pentru onoare”. În majoritatea ţărilor europene şi occidentale, totuşi, femeile sunt libere să-şi decidă singure atitudinile legate de sex şi de numărul partenerilor pe care îi vor avea de-a lungul vieţii.

Cred că sexul este un lucru frumos între doi oameni.
Intre cinci este fantastic.

Woody Allen

Roy Baumeister, autorul volumului *Social Psychology and Human Sexuality,* a coordonat o anchetă având drept subiecţi bărbaţi şi femei din SUA, necăsătoriţi, cu vârste cuprinse între 18 şi 30 de ani, aceştia fiind întrebaţi cât de mulţi parteneri ar considera ideal să aibă de-a lungul vieţii. Pentru anul următor bărbaţii

apreciau că şi-ar dori şase partenere, în vreme ce pentru femei era de ajuns unul singur. Pentru următorii trei ani bărbaţii doreau zece, în timp ce femeile doreau doi. Pentru întreaga viaţă 18 partenere erau suficiente pentru un bărbat, iar pentru o femeie erau de ajuns patru.

Fanteziile sexuale şi sexul pasager

Cele mai multe studii arată că bărbaţii au fantezii cel puţin de două ori mai des decât femeile în timpul sexului, dar conţinutul acestor fantezii scoate la iveală o diferenţă importantă între bărbaţi şi femei. Cercetătorii Ellis şi Symons au descoperit că 88% dintre bărbaţi schimbă în minte partenerii sau visează la mai multe partenere în timpul unei fantezii, faţă de numai 57% dintre femei care schimbă partenerii în gând. De asemenea, au descoperit că 81% dintre bărbaţi se concentrează asupra unor imagini vizuale şi nu asupra sentimentelor, faţă de numai 43% dintre femei care simt asemănător. Fanteziile bărbaţilor din timpul sexului implică părţile anatomice ale trupului unor femei, netezimea pielii, sex cu străini şi sex cu multiple partenere. Doi factori principali guvernează fanteziile sexuale masculine – primul e că femeile închipuite sunt aprinse, dornice şi gata de sex, iar al doilea că scenariile sunt golite de emoţie, angajament sau preludii nesfârşite. Aceasta este reţeta perfectă pentru versiunea masculină a sexului pasager.

Sexulfără dragoste este o experienţă fără sens, dar cum experienţele fără sens trec, e al dracului de bun.

Woody Allen Fanteziile femeilor din timpul sexului implică o concentrare sporită asupra emoţiilor şi a personalităţii partenerului imaginat (57%), iar subiectul fanteziilor este de obicei cineva cunoscut, de care au auzit sau cu care există o relaţie. Rareori femeile visează la partide întâmplătoare de sex cu necunoscuţi, deşi, totuşi, o fantezie relativ comună este sexul în grup cu mai mulţi bărbaţi care aduc binişor cu James Bond. Dar această fantezie are legătură cu lucruri ce ţin de exercitarea puterii – femeia îi controlează pe bărbaţi cu feminitatea

ei. După cum am afirmat, pentru majoritatea bărbaţilor sexul e sex şi dragostea e dragoste şi uneori se întâmplă să se potrivească.

Fanteziile ce se petrec în vis sunt poate singurul loc în care bărbaţii şi femeile se află aproximativ pe picior de egalitate din punct de vedere sexual. Dr. Antonio Zadra de la Laboratorul pentru Vise şi Coşmaruri din Montreal a studiat mai bine de 3 500 de relatări privind visele unor bărbaţi şi femei şi a descoperit că visele cu conţinut sexual reprezentau 8% din total în cazul ambelor sexe. Actele sexuale reprezentau tipul cel mai frecvent de vis cu conotaţie sexuală, urmat de avansuri sexuale, sărutări şi alte fantezii, iar atât bărbaţii, cât şi femeile semnalau în 4% din cazuri experimentarea unui orgasm în timpul viselor. Actualii sau foştii parteneri apăreau în 20% dintre visele sexuale ale femeilor, iar figuri publice sau vedete de cinema – adică bărbaţi cu multe resurse – apăreau de două ori mai frecvent ca punct de atracţie în visele femeilor. Femei celebre apăreau în numai 14% dintre visele bărbaţilor, în vreme ce mai multe partenere sexuale apar de două ori mai frecvent.

Pentru majoritatea femeilor, cu toate acestea, sexul şi dragostea merg mână-n mână, chiar şi în fantezii.

Femeile tânjesc după doctori aşa cum bărbaţii tânjesc după fotomodele. Femeile vor pe cineva care să aibă ştiinţa trupului; bărbaţii vor doar trupul.

Seinfeld

Cum văd lucrurile femeile şi bărbaţii homosexuali

9 9

Donald Symons a coordonat o cercetare care a vizat femei şi bărbaţi homosexuali, scoţând la iveală anumite perspective interesante cu privire la preferinţele persoanelor heterosexuale. A descoperit că sexualitatea unui bărbat singur şi homosexual nu era constrânsă de regulile impuse bărbaţilor heterosexuali de femeile heterosexuale, reguli cu privire la angajament,

implicare, poveste de dragoste. Cu alte cuvinte, pentru că bărbaţii homosexuali singuri nu au astfel de constrângeri se pot implica din plin, repede şi cât de des doresc, cu oricât de mulţi parteneri ar dori. Bărbaţii heterosexuali şi-ar dori din suflet să aibă această posibilitate, dar femeile normale nu prea le-o însgăduie. Pentru bărbaţii homosexuali care se află într-o relaţie serioasă sau sunt căsătoriţi, totuşi, acţionează aceleaşi reguli de fidelitate ca şi în cazul cuplurilor normale.

Symons a descoperit şi că femeile lesbiene se comportă într-o relaţie întocmai precum cele normale şi le impun partenerelor aceleaşi reguli cu privire la angajament şi fidelitate. În cercetarea lui de referinţă asupra comportamentelor sexuale, Alfred Kinsey a aflat că 94% dintre bărbaţii homosexuali au avut peste 15 parteneri şi aproape jumătate dintre ei au avut peste 500 de parteneri sexuali de-a lungul vieţii – majoritatea străini întâlniţi prin baruri, toalete, cluburi gay sau la saună – pe când numai 15% dintre lesbiene au avut atât de multe partenere. Preferă relaţii intime, de durată, angajate, la fel ca femeile heterosexuale. Nu spunem că bărbaţii homosexuali nu pot avea relaţii serioase – mulţi au; doar că asupra lor nu planează constrângerile care îi îngrădesc pe bărbaţii normali.

Rezumat

Principalul motiv pentru care bărbaţii au aventuri trecătoare este varietatea sexuală şi o vor face atât timp cât riscurile de orice fel sunt scăzute. Bărbaţii sunt oportunişti şi doar rareori îşi planifică escapadele amoroase. Toate studiile indică faptul că, în majoritatea culturilor, este de două ori mai probabil ca un bărbat să facă sex pasager sau să fie implicat într-o aventură decât o femeie. Principalele motive pentru care femeile optează pentru sexul pasager sunt lipsa dragostei care le provoacă probleme de stimă de sine, dorinţa de a testa potenţialul unui bărbat sau aceea de a obţine un anumit lucru.

Atunci când motivaţiile sexuale sunt examinate la rece, într-o manieră detaşată, vom vedea că adeseori acestea sunt în contradicţie cu imaginea edulcorată, călduroasă ce reiese din

cărţile de dragoste, din paginile revistelor pentru femei sau de la televizor. Femeile de pretutindeni sunt confuze şi nedumerite de uşurinţa cu care bărbaţii ar face sex cu femei pe care abia dacă le cunosc sau care nici măcar nu le sunt pe plac. Bărbaţii ar trebui să fie conştienţi că femeile sunt dispuse să ofere sex pentru diferite beneficii şi sunt în permanentă căutare de oferte mai bune, mai cu seamă dacă un bărbat îngăduie cu bună ştiinţă ca „ratingul lui de împerechere” să scadă.

Sexul pasager este legat de partea primitivă a creierului şi este controlat de hormoni. Dacă trece de la dorinţa pură la dragostea pasională, atunci poate fi clasificat drept o aventură şi despre asta vom discuta în capitolul următor.

- **Bărbaţii şi femeile văd cu totul diferit ideea sexului pasager.**
- **Bărbaţii sunt împinşi spre procreere, aşa că pentru ei sexul poate fi sex şi atât. De aceea, bărbaţii au mult mai multe aventuri de-o noapte decât femeile.**
- **În general, însă, femeile nu pot face diferenţa între dragoste şi sex.**

CAPITOLUL 6
La mine sau la tine?
Aventurile şi infidelitatea

Afacerile se cam duc de râpă iute! Dac-ai învăţa să speli şi să găteşti am putea s-o dăm afară pe menajeră!
Da...? Dacă ai învăţa cum să săruţi şi să regulezi am putea scăpa de grădinar!

Colin şi Jill s-au căsătorit cu cinci ani în urmă. După luna de miere îşi descriau viaţa sexuală ca fiind „absolut incredibilă” şi erau mereu „ca iepurii”. Când Jill era însărcinată în şase luni cu primul ei copil, lucrurile au început să meargă prost pentru ei. Se gândea că pare grasă, neatrăgătoare şi ştearsă, aşa că a început să evite sexul, spunându-i lui Colin că nu se simţea bine, că o încerca o migrenă sau că „poate mâine”. Dorea să vorbească cu el despre sentimentele şi emoţiile ei, dar Colin credea că are nevoie să rămână singură o vreme — creierul lui masculin nu era pregătit să înţeleagă cât de important era să discute cu ea şi s-o înţeleagă. Asta a făcut-o să simtă că el nu ţinea la ea şi că vedea în ea numai un obiect sexual. Prin urmare, Colin s-a simţit respins. Frustrarea lui datorată lipsei sexului a început să se transforme în indignare — nu se mai simţea masculin. El îi percepea izbucnirile emoţionale ca atacuri personale îndreptate împotriva lui, iar ea vedea în ura lui faţă de ea o dovadă a faptului că, într-adevăr, ajunsese grasă şi neatrăgătoare.

După ce s-a născut copilul, lucrurile au mers din rău în mai rău. Jill era mai mereu ocupată cu bebeluşul, iar Colin a început să simtă că ea îl pedepsea şi-l obliga să treacă pe locul doi, cedând copilului poziţia fruntaşă în ochii ei. După un timp, Colin s-a supărat atât de tare încât a crezut că l-a întrecut până şi câinele, el ajungând astfel abia al treilea. Colin a început o aventură cu o colegă de la birou, Alison, iar Jill l-a părăsit. Jill locuieşte acum singură cu fiul ei. Colin se străduieşte să facă faţă financiar pentru a-i întreţine pe Jill şi pe copilul lui, precum şi pentru a-şi vedea de noua lui viaţă.

Gândul că partenerul ar putea avea o aventură amoroasă este unul dintre cele mai serioase motive de îngrijorare pentru cei

implicaţi în relaţii de lungă durată, şi totuşi, puţini dintre aceştia înţeleg de ce asemenea aventuri încep. Despărţirea dintre Colin şi Jill scoate în evidenţă un cerc vicios în care intră numeroase cupluri. Colin nu a înţeles că o femeie are nevoie să fie într-o anumită dispoziţie pentru a face sex. Ea îşi doreşte un bărbat cu care să vorbească despre sentimentele şi emoţiile ei, să o asculte plin de compasiune şi să o atingă cu tandreţe – toate acestea fiind acţiuni care nu fac parte din înclinaţiile de bază ale unui bărbat. Pentru Jill, problemele s-au accentuat din pricina schimbărilor hormonale, iar imaginea ei despre sine a avut mult de suferit pentru că se credea grasă şi neatrăgătoare. Jill nu a înţeles că bărbaţii se pot exprima emoţional prin sex, şi nici că pentru ei sexul şi dragostea sunt lucruri diferite. Pentru bărbaţi, dragostea e dragoste şi sexul e sex şi uneori cele două vin la pachet. Drept urmare, ea l-a acuzat pe Colin că este insensibil şi nepăsător. El a acuzat-o de frigiditate şi că îl manipulează sexual. În curând a devenit ceva la ordinea zilei: el se aştepta ca avansurile lui să-i fie refuzate şi ea se aştepta ca el să fie distant şi nepăsător. Realitatea era că el se simţea izolat şi respins, iar ea se simţea nesigură şi neatrăgătoare. A dezvoltat o adevărată frică de a face sex şi a început să-l evite pe Colin. El a dezvoltat o teamă de a fi respins aşa că a încetat să-i mai ceară să facă sex. Niciunul dintre ei nu a înţeles punctul de vedere al celuilalt şi astfel o relaţie perfect viabilă s-a sfârşit.

Ce este o aventură?

În acest capitol vom folosi cuvântul „mariaj” pentru a descrie orice relaţie prin care doi oameni consimt să fie fideli unul altuia. Tehnic vorbind, ei au trecut de la dorinţă la dragoste şi la etapele ataşamentului de lungă durată, atunci când chimia creierului se schimbă.

Sexul pasager ţine de dorinţă. După cum am discutat în capitolul 1, două părţi ale creierului devin active atunci când dorinţa se manifestă – hipotalamusul (impulsurile primordiale) şi amigdala (excitarea). Atunci când apare dorinţa, se secretă cantităţi mari de dopamină, fapt care atrage după sine

producerea de testosteron, creându-se astfel stimularea sexuală. Atunci când flirtul pasager (care ţine de dorinţă) trece mai departe spre dragoste pasională, este „semnalizat intern” începutul unei „aventuri”. La femei, creierul activează nucleul caudat, ceea ce face ca nivelul de testosteron să crească, sporind odată cu el şi apetitul sexual.

Diferite zone ale creierului devin active la bărbaţi, printre acestea şi cortexul vizual, iar nivelul de oxitocină creşte astfel încât bărbatul ajunge să fie mai blând şi mai romantic. Aceste reacţii chimice temporare dau cuplului iluzia unei potriviri perfecte. Principala diferenţă dintre bărbaţi şi femei este că de obicei bărbaţii rămân în etapa dorinţei mai mult timp decât femeile, ceea ce înseamnă că în timp ce el încă urmăreşte sexul, ea deja a făcut pasul către stadiul următor.

Când bărbaţilor li se cere să definească o aventură, de regulă au tendinţa să vorbească despre relaţii sexuale, cu sau fără suport afectiv, ca în cazul sexului pasager. Bărbaţii văd într-o aventură implicarea *fizică,* nu neapărat şi o legătură emoţională.

Femeile, totuşi, văd într-o aventură un eveniment emoţional, fie că este sau nu implicat sexul, şi de aceea i se mai spune uneori „aventură emoţională”. Sunt incluse aici convorbiri la telefon, schimbul de emailuri private sau de sms-uri personale, precum şi luarea mesei în oraş, ieşitul la o cafea şi aşa mai departe. O aventură emoţională este o relaţie dintre doi oameni care nu sunt soţi sau iubiţi care are un anumit impact asupra nivelului de intimitate, produce distanţă emoţională şi în ansamblu destabilizează mariajul. Partenerul care nu este fidel poate ajunge să petreacă mult prea mult timp cu altcineva de sex opus (sau de acelaşi sex). Aceasta înseamnă că partenerul loial este privat de timp, energie emoţională şi grijă. El sau ea pot ajunge să facă mai mari confidenţe noului sau noii „prieten(e)” decât partenerului şi-i poate împărtăşi mai multe sentimente profunde şi secrete. Acest soi de relaţie poate să nu fie una neapărat fizică la început, dar cu timpul cu siguranţă ajunge să fie şi fizică. Pentru majoritatea femeilor, rămâne, totuşi, o aventură. Sexul nu face altceva decât să accentueze durerea pentru că

demonstrează profunzimea aventurii emoţionale.

Cei mai mulţi dintre bărbaţi cred că, în afară de faptul că fac sex cu o altă femeie, nu greşesc cu nimic.

Inima voastră înşelătoare

9

Dintr-un studiu efectuat în 2006, desfăşurat în 150 de culturi, a reieşit că infidelitatea este cea mai des pomenită cauză în cazul divorţurilor. Nimeni nu ştie cu adevărat cât de mulţi oameni înşală, deoarece dacă îşi minte partenerul cu nonşalanţă, de ce ar răspunde cineva cinstit la un chestionar? De exemplu, în 2007, cercetători de la Universitatea din Colorado împreună cu alţi colegi de la Universitatea A&M din Texas au chestionat 4 884 de femei căsătorite, folosind atât metoda interviurilor faţă în faţă, cât şi pe cea a completării de chestionare anonime pe calculator. În interviurile faţă în faţă, numai 1% dintre femei au recunoscut că şi-au înşelat soţii în ultimul an; din chestionarul computerizat a reieşit că peste 6% dintre aceleaşi femei şi-au declarat infidelitatea.

Cele mai serioase date privind infidelitatea vin din Sondajul Social General coordonat de Fundaţia Naţională pentru Ştiinţă din cadrul Universităţii din Chicago, care a înregistrat opiniile şi comportamentul social al cetăţenilor americani începând cu 1972. Datele au arătat că în fiecare an aproximativ 10% dintre cei căsătoriţi – 12% bărbaţi şi 7% femei – afirmă că au avut relaţii sexuale în afara căsătoriei. În majoritatea ţărilor occidentale şi europene se estimează că aproximativ 50-60% dintre bărbaţi şi-au înşelat partenera măcar o dată, iar în locuri precum Franţa sau Suedia, procentul este de circa 70-80%. Cam 40% dintre aceste aventuri sunt descoperite, restul rămânând necunoscute. Aproximativ 40% dintre femei vor gusta, de asemenea, măcar o dată din plăcerile zbenguielii la orizontală şi numai 15% vor fi descoperite. Singurul loc din lume unde femeile îi întrec pe bărbaţi la aventuri este Franţa, unde 87%

dintre femei recunosc că i-au pus sau îi pun coarne partenerului, fost sau actual.

Infidelitatea este în creştere pentru toate grupele de vârstă – între 1998 şi 2008, în Statele Unite, a crescut cu 20% în cazul bărbaţilor de peste 60 de ani şi cu 15% pentru femei. Aşadar, de ce îşi fac de cap la orizontală mai mult ca niciodată cei trecuţi de prima tinereţe? Din două motive: primul este că în acest grup sunt incluşi aşa-numiţii *baby boomers,* care au respins viziunile victoriene cu privire la sex şi care refuză să accepte faptul că îmbătrânesc – la 60 de ani închipuindu-se ca la 45 de ani; al doilea motiv este că oamenii mai în vârstă au acum la dispoziţie unele lucruri pe care generaţiile trecute nu le-au avut – Viagra, terapia de substituţie hormonală (TSH) şi tot soiul de soluţii pentru disfuncţiile erectile. Grupul de persoane cu vârste cuprinse între 40 şi

60 de ani este ultimul alcătuit din *baby boomers* şi acestea – mai cu seamă femeile – resping constrângerile sexuale din trecut.

Infidelitatea este, de asemenea, în creştere şi în cazul persoanelor sub 40 de ani, fapt care se datorează mai ales largii răspândiri a pornografiei pe internet, care schimbă ceea ce acest grup consideră un comportament sexual „normal” – generaţiile trecute nu au auzit de cuvinte precum *fisting, scat, MILF* sau „pe la spate”. În 2002, psihologii Raymond Bergner şi Ana Bridges au fost primii care au arătat cum pornografia pe internet influenţează în mod negativ relaţiile de lungă durată. Au descoperit că distanţa emoţională provocată de pornografia de pe internet şi de legăturile sexuale online poate fi la fel de dăunătoare unei relaţii ca infidelitatea sexuală din viaţa reală.

Sunt atât de deprimat. Doctorul meu a refuzat să-mi mai prescrie Viagra. Mi-a spus că e ca şi cum am înfige un steguleţ în vârful unei clădiri care oricum

urmează să se prăbuşească.

George Burns

Dr. David Schmitt de la Universitatea Bradley, Illinois, a adunat date despre obiceiurile sexuale ale bărbaţilor şi femeilor din 48 de ţări de pe mapamond şi a descoperit că bărbaţii îşi „băgau în seamă" muşchiul dragostei cel mai mult în preajma vârstei de 28-30 de ani. Acesta este momentul când testosteronul bărbaţilor a ajuns la apogeu şi începe să intre pe o pantă descendentă. Femeile este mai posibil să fie puse pe jar după 30 de ani pe măsură ce ceasul lor biologic începe să ticăie odată cu scăderea fertilităţii. Femeile îşi ating apogeul sexual între 35 şi 40 de ani, atunci când nivelul testosteronului lor creşte, iar aceasta este felul naturii de a le presa pe femei să se reproducă înainte ca nisipul să se scurgă din clepsidră.

Analizând rezultatele celor mai multe studii cu privire la infidelitate, veţi ajunge la concluzia că aproximativ 50% dintre bărbaţi şi 30% dintre femei îşi vor face probabil de cap în timp ce partenerul nu e pe fază. Asta înseamnă foarte multă infidelitate. Este important, totuşi, să vă amintiţi că aceste statistici confirmă faptul că încă majoritatea oamenilor sunt fideli în cea mai mare parte a timpului.

Un bărbat avea şase copii şi era atât de mândru de el însuşi, încât a început să o numească pe soţia lui „mama celor şase", în ciuda faptului că ei nu-i era pe plac acest nume. Intr-o noapte, la un restaurant, el a strigat cu voce răsunătoare: „Ce spui, mergem, mamă a celor şase?" Enervată de lipsa lui de discreţie, femeia urlă drept răspuns: „ Oricând eşti gata, tată al celor patru. „

De ce se petrec aventurile

Un sondaj din 2008, desfăşurat în Marea Britanie, în rândul clienţilor unor avocaţi specializaţi în procese de divorţ a evidenţiat principalele zece motive pentru care bărbaţii au călcat pe bec:

1. Dorinţa

2. Pierderea atracţiei faţă de soţie/parteneră
3. Probleme sexuale – vor mai mult sex ori o mai mare varietate sexuală sau sunt dependenţi de sex
4. Soţia este prea preocupată de viaţa de familie şi de nevoile copiilor
5. Seducţia agresivă din partea altei femei
6. Lipsa seducţiei din partea partenerului
7. Adrenalina şi incitarea care vin odată cu o urmărire
8. Sâcâiala
9. Eşecul comunicării cu partenerul în privinţa diferitelor probleme
10. Imaginea de sine a bărbatului – sex appeal, înaintare în vârstă,o uşoară „gonflare” a ego-ului

Prin contrast, ceea ce caută femeile ţine mai degrabă de o experienţă care nu are de-a face cu corporalitatea. Vor să fie altcineva decât soţia, mama, fiica, angajata cuiva. Îşi doresc să fie cu cineva care le întreabă şi alte lucruri decât: „Du-mi costumul la curăţătorie!”, „Mi-ai împachetat mâncarea pentru prânz?”, „Am şi eu o cămaşă curată pentru întâlnirea de mâine?” Chiar şi femeile care nu sunt casnice, ci au cariere de succes pe cont propriu şi sunt respectate la slujbă se consideră subestimate şi adeseori neapreciate acasă.

Pentru unele femei, e pur şi simplu o cale de a-l face pe bărbat să fie atent, să-l readucă la pasiunea dintr-o etapă precedentă a relaţiei, să-i reamintească faptul că sunt mai mult decât o bună gospodină sau să se răzbune pentru vreo aventură pe care el ar fi avut-o în trecut. Femeile caută, de asemenea, să-şi sporească ego-ul – doresc să simtă că este nevoie de ele, că sunt dorite, că un bărbat consideră că merită să-şi asume riscuri pentru ele, că ele merită timpul petrecut cu preludiile şi aşa mai departe. Pentru femeile care-şi înşală partenerii, sexul nu este principala cauză, ci hrana emoţională.

Bărbaţii îşi suplimentează căsătoriile cu partide de sex extramarital; femeile îşi sporesc căsniciile cu oarece hrană emoţională, ceea ce include şi sexul.

Debbie Then,

Principalele zece răspunsuri pe care le-au oferit femeile când au fost întrebate de ce au avut o aventură amoroasă sunt:

1. Singurătatea (cea mai obişnuită problemă pentru femeile casnice)
2. Imposibilitatea de a comunica cu partenerul despre problemele proprii
3. Nu mai sunt îndeajuns de dorite
4. Lipsa aprecierilor soţului
5. Un soţ prea preocupat de propriile probleme şi mereu prins cu treburi
6. Lipsa pasiunii şi a excitării în pat
7. Nevoia de a scăpa de rutina zilnică
8. Dorinţa de a se simţi şi în viaţa personală la fel de puternice ca şi în cea profesională
9. Plictiseala datorată rutinei
10. S-a ivit o oportunitate la momentul potrivit.

Se poate întâmpla la orice nivel

Cu toţii am văzut cum oameni celebri şi puternici, care păreau să aibă tot ce şi- ar fi putut dori au riscat totul, numai pentru o relaţie sexuală trecătoare şi aparent lipsită de sens. Gândiţi-vă la Hugh Grant, un actor adorat care era cuplat cu una dintre cele mai dorite femei de pe faţa pământului, Elizabeth Hurley. A riscat totul pentru un sex oral rapid cu o prostituată, într-o maşină parcată pe o străduţă lăturalnică. Ca să nu mai vorbim de un faimos jucător de tenis surprins în debaraua unui restaurant cu specific japonez din Londra în timp ce-şi făcea de cap cu o chelneriţă.

Lumea a rămas cu gura căscată când Bill Clinton, un om puternic care avea întreaga lume la degetul mic, a dorit să-l folosească pe acela împreună cu toate celelalte cu Monica Lewinsky, o femeie banală. De ce un bărbat care părea să aibă totul s-ar comporta atât de prosteşte încât să rişte să-şi atragă oprobiul întregului popor american comportându-se atât de necugetat? Prin contrast, de-a lungul istoriei, majoritatea

femeilor implicate în escapade amoroase au fost văzute drept suflete singuratice în căutarea a ceva ce păreau să nu găsească în relaţiile pe care le aveau – Marilyn Monroe, Janis Joplin şi Anna-Nicole Smith, pentru a numi numai câteva dintre ele. Acţiunile acestor oameni par să fie complet lipsite de noimă până când aruncăm o privire asupra listei de motive pentru a avea o aventură prezentată în paginile anterioare.

Femeia obişnuită care ajunge să-şi facă de cap este portretizată foarte bine de Meryl Streep în filmul *Podurile din Madison County.* Era singură şi plictisită, izolată de rutina anostă a vieţii de zi cu zi şi un aparent spirit liber, precum personajul interpretat de Clint Eastwood i-a oferit prilejul incitant de a încerca altceva. A intrat în joc şi i-a ieşit. Dar când Clinton a declarat că „Nu am avut relaţii sexuale cu femeia respectivă!”, arătând cu degetul înspre camera de filmat, ştiaţi că s-a dus deja pe copcă. Întreaga lume îl bănuia deja că ar fi vinovat, chiar şi în condiţiile în care soţia lui afişa o fericită ignoranţă.

Clinton a minţit. Un bărbat poate să nu ţină minte unde locuieşte sau unde şi-a parcat maşina, dar nu uită niciodată un sex oral, indiferent cât de prost a fost.

Barbara Bush
(fostă primă doamnă a Americii)

De ce femeile calcă pe bec mai rar decât bărbaţii

Gluma cu bărbaţii care trebuie să se descheie la prohab ca să poată gândi nu e atât de departe de realitate. Cele mai multe dintre femei au abilitatea de a-şi planifica felul de a scăpa cu bine după o aventură – dar foarte rar e şi cazul bărbaţilor. Principala problemă a bărbaţilor este inabilitatea de a-şi controla raţional mintea în situaţii dominate de sex. Majoritatea bărbaţilor de obicei nu-şi plănuiesc escapadele amoroase, pur şi simplu se-ntâmplă. Este mult mai probabil ca femeile să aibă aventuri pe care le-au pus la punct în cele mai mici detalii cu

mult înainte ca ele să devină realitate. În ansamblu, numărul femeilor care înşală este mai mic decât cel al bărbaţilor, deşi tot mai multe dovezi ies la suprafaţă care atestă faptul că femeile mai tinere îşi fac de cap mai frecvent decât cele mai în vârstă. Michelle Langley, autoarea volumului *Womens Infidelity,* a coordonat cercetări vreme de peste zece ani, din care a reieşit că femeile înşală la fel de mult ca bărbaţii, mai cu seamă femeile mai tinere. Dar, prin natura lor, femeile sunt mai grijulii şi mai iubitoare decât bărbaţii, având un nivel mai scăzut de testosteron (hormonul responsabil de apetitul sexual) şi mai ridicat de oxitocină (hormonul „dezmierdării") şi astfel sunt mai puţin înclinate spre sex. În plus, majoritatea femeilor trec prin viaţă convinse fiind că ar trebui să fie cea mai importantă persoană din viaţa partenerului lor pentru că o femeie îl plasează pe primul loc pe bărbatul ei în viaţa sa.

Numeroase femei îşi vor sacrifica nevoile personale pentru a-şi sprijini bărbaţii, a le creşte copiii, a conduce gospodăria şi a le fi fidele, cu orice preţ. Pentru cele mai multe, acesta este şi cazul sexului şi ideea de a fi atinse sau de a face sex cu altcineva este de neconceput. Cele mai naive se aşteaptă ca şi soţii lor să simtă la fel. Nişte cursuri pregătitoare despre diferenţele dintre bărbaţi şi femei le-ar deschide ochii noilor mirese, salvând astfel numeroase noi căsnicii de la divorţ, realitate spre care, potrivit statisticilor, se îndreaptă peste 50% din cuplurile din ziua de azi. Problema este că bărbaţii sunt mânaţi de la spate şi puşi pe jar de impulsurile lor sexuale, din momentul primei manifestări a hormonilor din pubertate şi până la sfârşitul vieţii; totuşi, pe măsură ce un bărbat îmbătrâneşte, mintea lui începe să încheie înţelegeri pe care corpul nu i le poate îndeplini. Nevoia stringentă de sex se poate diminua cu timpul, dar în cea mai mare parte a vieţii creierul bărbatului rareori se poate ţine deoparte de acest subiect.

Şase mituri comune despre înşelarea piu-temîralw

Mitul nr. 1: mai ales bărbaţii însală

>)

Bărbaţii născuţi înainte de 1962 (care se numără printre cei numiţi *baby boomers)* înşală aproximativ de două ori mai mult decât femeile din generaţia lor, dar noi cercetări au arătat că femeile în preajma vârstei de 20 sau de 30 de ani au cam tot la fel de multe aventuri ca şi bărbaţii de vârsta lor. Tot mai multe femei din acest grup lucrează şi au tot mai multă independenţă financiară, fiind astfel mai dispuse să îşi asume riscuri în relaţiile lor. Aproximativ 50% dintre aventurile amoroase implică o persoană de la locul de muncă.

Mitul nr. 2: există un portret-robot al celui care înşală

În circumstanţele potrivite, absolut oricine este susceptibil de a înşela. Este cât se poate de firesc ca o persoană să aibă o aventură, deşi iniţial nici nu s-a gândit vreodată la infidelităţi. Se prea poate ca aventurile amoroase nici să nu fie în acord cu valorile morale ale cuiva, dar dacă momentul şi circumstanţele sunt propice şi se iveşte ocazia, tentaţia să apară. Poate că un coleg de muncă vă face avansuri la o întâlnire de afaceri şi momentul respectiv pică exact după o ceartă cu partenerul. Sau poate că o femeie este stresată până peste cap şi fermecătorul grădinar îi face un compliment. Şi totuşi, mulţi cred că există un anumit tipar pentru persoanele lipsite de loialitate şi astfel dezvoltă un fals sentiment de securitate. Cu toate că există şi înşelători de meserie, aventurile se pot întâmpla oricui. Pentru bărbaţi, o escapadă de obicei se iveşte din senin, dar pentru femei este de regulă planificată. Nu vă păcăliţi la gândul că voi nu veţi avea niciodată o aventură amoroasă. În schimb, gândiţi-vă la situaţiile care v-ar putea ispiti şi încercaţi pe cât se poate să le evitaţi.

Mitul nr. 3: monotonia pe termen lung conduce la aventuri

Tot mai mulţi oameni se implică mai mult în aventuri în primii

doi ani de căsnicie decât oricând altcândva. Acesta este momentul în care femeile se întreabă dacă au făcut o alegere corectă şi dacă nu cumva ar trebui să o şteargă cu altcineva. Este nevoie să trăieşti cel puţin doi ani cu cineva pentru a ajunge să-l cunoşti cum se cuvine. Dacă un bărbat era înşelător profesionist înainte de căsătorie, e foarte probabil să-şi continue obiceiurile în prima parte a noii vieţi de om însurat. Astfel de bărbaţi sunt de obicei conduşi de un nivel ridicat al testosteronului, combinat cu anumite experienţe din copilărie, ceea ce afectează felul în care sunt percepute relaţiile în perioada adultă.

Mitul nr. 4: bărbatul calcă strâmb atunci când nu este fericit acasă

În 2007, celebra cercetătoare a infidelităţii Shirley Glass, autoarea volumului *NOT 'Just Friends',* a descoperit că oamenii care nu intenţionau niciodată să fie infideli au dezvoltat legături profunde şi pasionale înainte de a-şi da măcar seama că au trecut linia ce desparte o relaţie platonică de una de dragoste pasională. Pentru aventurierii bărbaţi, oportunitatea pur şi simplu s-a ivit şi în corpul lor nivelul substanţelor care favorizează escapadele amoroase a ajuns la cote mari. Shirley Glass a aflat că femeile care înşală pierduseră legătura emoţională cu partenerii cu aproximativ un an înainte de începutul unei aventuri. Femeile, de asemenea, declară că aventura respectivă li se înfiripase în minte în tot acest timp.

Concluzia este următoarea: cu cât se măreşte distanta emoţională dintre voi şi *)* > > *9* partenerii voştri, cu atât cresc şansele de a începe o aventură. Discuţiile deschise despre relaţii sunt cea mai bună cale de a ocoli escapadele amoroase. *Mitul nr. 5: a doua oară va fi mai bine*

Cei care se hotărăsc să se cupleze cu cei cu care au aventuri adeseori iau o anumită decizie – aceea că „de data asta va fi bine”. Reacţiile chimice care se petrec la nivelul creierului îi păcălesc pe mulţi infideli, făcându-i să creadă că vor trăi de-a pururea pe tărâmul unde eşti „fericit până la adânci bătrâneţi”.

Statisticile arată că aşa stau lucrurile numai în cazul a 25% dintre cei care se căsătoresc cu iubitul/iubita – 75% divorţează în cele din urmă –, dar majoritatea celor care se recăsătoresc cred că se vor număra printre cei 25%. Oamenii care au aventuri amoroase trăiesc într-o lume fantastică, parcă făurită de droguri, departe de îndatoririle casnice precum achitarea facturilor sau curăţarea toaletei. O maşină nouă are o mireasmă ademenitoare pentru potenţialii cumpărători, dar după un an tot are nevoie să fie spălată în fiecare săptămână, necesită revizii periodice, şi în general, pare o maşină ca oricare alta.

Mitul nr. 6: de obicei simţi când partenerul îşi face de cap

Cei mai mulţi oameni nu vor observa escapadele partenerului o vreme, deoarece trăiesc într-o relaţie bazată pe încrederea că partenerul le va rămâne fidel, aşa că nu caută indicii care să-l dea în vileag. Atunci când semnalele infidelităţii chiar devin evidente, unii preferă să nu accepte adevărul în loc să facă faţă realităţii dureroase de a descoperi o aventură. Femeile se pricep mai bine la descoperirea unor astfel de indicii şi de aceea ele sunt cele care pun punct relaţiilor în 80% dintre situaţii. În volumul TZ*e Definitive Book ofBody Language* am arătat de ce bărbaţii percep mai puţin decât femeile şi asta se întâmplă, deoarece creierul masculin nu are capacitatea de a face conexiuni între vorbe şi fapte contradictorii. De aceea, atât de mulţi bărbaţi sunt şocaţi când descoperă că partenera i-a înşelat.

Cele nouă tipuri diferite de aventuri

Atunci când relaţia voastră scârţâie şi nu ştiţi cum să remediaţi problemele, sunteţi candidaţi pentru o aventură care v-ar putea oferi o salvare temporară de griji. Mai jos veţi regăsi cele nouă tipuri de aventuri în care se implică oamenii.

1. Aventura de tipul „am încă valoare pe piaţă”

Puteţi simţi că partenerului i-a scăzut interesul faţă de voi sau că nu mai petreceţi la fel de mult timp împreună, sau poate că v-aţi căsătorit la o vârstă fragedă şi simţiţi că vă lipseşte experienţa. În ambele cazuri vă veţi întreba ce valoare mai aveţi

pe piaţa potenţialilor parteneri. Simţiţi că o parte din voi este incompletă şi vă nemulţumeşte faptul că partenerul vă ignoră nevoile. Nu mai ştiţi dacă prezentaţi interes pentru sexul opus şi aveţi senzaţia că vă lipseşte ceva. Pur şi simplu doriţi această aventură pentru a vă lămuri îndoielile personale sau pentru a mai ieşi un puţin din sistem. Dacă sunteţi implicaţi într-o asemenea aventură, după ce vă veţi fi dumirit în privinţa valorii personale, pe piaţă, probabil că veţi depăşi momentul. Dacă puteţi trece peste remuşcări, de obicei lucrurile se vor îmbunătăţi în căminul vostru.

2. Aventura „vârstei mijlocii”

Odată ajunşi la vârsta mijlocie începeţi să vă întrebaţi care e scopul vieţii, ce lucruri aţi pierdut şi dacă nu cumva v-aţi irosit viaţa. Prietenii de vârsta voastră sau chiar mai tineri se îmbolnăvesc, uneori chiar mor, iar voi începeţi să vă pierdeţi înfăţişarea de altădată pe măsură ce gravitaţia preia controlul. Apetitul sexual este pe ducă. Sfârşitul vieţii se întrezăreşte la orizont şi simţiţi nevoia presantă de a face un lucru memorabil sau important. Panica se instalează şi vă doriţi să faceţi un lucru „nebunesc” numai pentru a da un rost existenţei voastre. Nu de o aventură aveţi neapărat nevoie – vă trebuie consiliere psihologică în privinţa îmbătrânirii şi aveţi nevoie să vă fixaţi ţinte noi şi incitante în viaţă.

3. Aventura pentru comparaţie

Aceasta este un tip de aventură care apare frecvent în primii ani de căsnicie sau într-o proaspătă relaţie permanentă. Persoana predispusă către o astfel de aventură are dubii sâcâitoare, întrebându-se dacă a făcut sau nu alegerea potrivită. Ar fi oare mai fericiţi cu altcineva, sau nu cumva problemele de moment ar dispărea dacă ar fi cu o altă persoană? Dacă sunteţi implicaţi într-o astfel de aventură, aveţi nevoie să identificaţi asupra cărui aspect anume din relaţia voastră doriţi să aruncaţi mai multă lumină sau să luaţi măsuri şi să acţionaţi pentru a-l remedia. Nu aveţi neapărat nevoie de o aventură pentru asta. Dacă aţi găsit ceea ce căutaţi, renunţaţi la aventură şi vedeţi-vă mai departe de viaţa adevărată.

4. Aventura de tipul „bombă cu ceas”

Această aventură începe, deoarece nu vreţi să vă înfruntaţi direct partenerul şi să-i spuneţi că v-aţi săturat. Nici măcar nu sunteţi siguri că ştiţi de ce aveţi nevoie sau ce vă lipseşte în căsnicie şi credeţi că dacă o aruncaţi complet în aer aveţi şanse să puneţi totul cap la cap într-o formă mai bună. Lăsaţi peste tot indicii care să vă dea de gol aventura şi astfel sunteţi scutiţi de nevoia de a vă lua inima-n dinţi pentru a-i spune direct ce vă apasă. Nici de această aventură nu aveţi nevoie – ar trebui în schimb să vă înfruntaţi partenerul şi să daţi cărţile pe faţă. O astfel de abordare este mai puţin dureroasă şi mai puţin costisitoare decât o aventură. O aventură de tip „bombă cu ceas” este văzută drept o soluţie facilă, dar lucrurile nu stau deloc aşa.

5. Aventura de tipul „suntem chit”

Partenerul v-a înşelat aşa că vă implicaţi într-o aventură din răzbunare, fie pentru a-i plăti cu aceeaşi monedă, fie pentru a-l face să simtă pe pielea lui cum este. Nu vă implicaţi în această aventură de dragul experienţei emoţionale sau sexuale; o faceţi din dorinţa de a vă lua revanşa. O asemenea aventură vă va umple de sentimente de vină şi de ură faţă de propria persoană şi este o formă de abuz, atât faţă de voi, cât şi faţă de persoana implicată în respectiva escapadă (asta dacă nu este vorba de un bărbat – el vă va fi doar recunoscător pentru sex). Dacă sunteţi implicaţi într-o astfel de aventură, amintiţi-vă că scopul principal este răzbunarea, aşa că nu vă lăsaţi orbiţi de toate aspectele emoţionale. Mai bine apelaţi la serviciile unui psiholog pentru a învăţa cum să vă acceptaţi furia şi să o depăşiţi.

6. Aventura de tipul „un umăr pe care să plângi”

Ştiţi că vă aflaţi în acest tip de aventură atunci când petreceţi mai mult timp deschizându-vă inima în faţa amantului decât făcând sex cu el. De fapt sexul, oricât de puternic ar fi, este doar un lucru minor pe lângă principalul avantaj de care aveţi parte în urma acestei aventuri – terapie pe gratis. Simţiţi că persoana cealaltă vă înţelege; mai mult, vă sprijină şi vă încurajează. Asta e încă o aventură de care nu aveţi nevoie – vă trebuie doar un

psiholog profesionist. E mai ieftin.

7. Aventura „ofertei mai bune”

Această aventură se petrece fie atunci când valoarea voastră de piaţă creşte, deoarece aţi obţinut o slujbă mai bună, aţi pierdut în greutate, v-aţi schimbat în bine înfăţişarea, aţi obţinut o anumită diplomă sau în cazul în care ratingul partenerului a scăzut, fie pentru că s-a lăsat pe tânjeală, fie pentru că a intrat într-o anumită pasivitate a relaţiei. Atunci când v-aţi căsătorit, partenerul era cel mai bun pe care l-aţi fi putut găsi la momentul respectiv. Acum sunteţi mai în vârstă, aveţi mai multă experienţă, beneficiaţi de o perspectivă mai largă asupra relaţiilor şi sunteţi de părere că aţi putea obţine ceva mai bun. Discutaţi cu partenerul despre lucrurile care vă neliniştesc şi stabiliţi împreună obiective care vă vor aduce pe amândoi la o valoare de piaţă similară. Ori de câte ori vă îmbunătăţiţi vreun lucru în viaţă, de obicei plătiţi cu mult mai mult pentru noul model şi pierdeţi foarte mult la vechiul model. Poate că aveţi nevoie de o curăţenie de primăvară temeinică sau de o reînnoire a relaţiei.

8. Aventura de tipul „dorinţele nu-mi pot fi satisfăcute”

Partenerul refuză să facă un lucru de care declaraţi că aveţi nevoie – fie că vorbim de o legătură emoţională, fie de o discuţie din inimă, fie de sex oral, sex anal, sex într-un *montagne russe,* sau orice are legătură cu baterii de tip AAA. Şi astfel vă primejduiţi întreaga relaţie încercând să găsiţi altundeva acel lucru. Un bun terapeut sexual vă poate ajuta să dezvoltaţi strategii pentru a face faţă acestei situaţii, sau poate simţiţi că aşteptările neîmplinite sunt mai mari în ansamblu decât relaţia în sine. În acest caz, ar fi mai bine să plecaţi.

9. Aventura neintenţionată

După cum am afirmat anterior, dacă timpul, locul şi circumstanţele sunt potrivite, aproape oricine poate ajunge să fie implicat într-o aventură. Nici nu prea v-aţi dat seama cât, cum şi de ce aţi ajuns în aventura asta, dar fir-ar să fie, ce bine e! Nu ştiţi cum să-i puneţi capăt, şi sunteţi măcinaţi de vină şi remuşcări. Vă întrebaţi, fără a afla răspuns: De ce fac eu asta?

Aventura neintenţionată evidenţiază faptul că un anumit lucru lipsea din relaţia voastră şi atât voi, cât şi partenerii aţi încercat să negaţi acel lucru. Încercaţi să aflaţi de ce anume aveţi nevoie şi puneţi capăt aventurii.

De ce „aventura perfectă” este o închipuire

Nu există aventuri ideale. O aventură implică o permanentă grijă pentru a acoperi minciunile, pentru a da explicaţii, precum şi sentimente de mânie sau vină. Cel care înşală este adeseori măcinat de remuşcări şi uneori se răzbună verbal sau fizic tocmai pe partener. Dacă sunteţi implicaţi într-o aventură, respectaţi-vă partenerul şi pe voi înşivă, mergeţi la un terapeut de cuplu sau pur şi simplu renunţaţi la aventura respectivă.

Terapeutul îi trimise pe cei doi parteneri certăreţi în grădină pentru a mai trece o dată în revistă în linişte notiţele despre felul cel mai potrivit în care clienţii săi şi-ar putea rezolva problemele. Cei doi au ajuns la o fântână a dorinţelor. Soţia se aplecă puţin, rosti în gând o dorinţă şi lăsă să cadă o monedă în apă. Soţul se hotărî să-şi pună şi el o dorinţă, dar se aplecă prea mult, căzu în adâncul fântânii şi se înecă. Pentru o clipă, soţia înlemni, apoi însă pe chip îi răsări un zâmbet larg şi spuse: „ Chiar funcţionează!”

Mi-a şoptit o păsărea^

Bănuiala că partenerul are pe altcineva poate fi o povară mai grea decât adevărul. Numeroase femei vor căuta să nege realitatea, în vreme ce majoritatea bărbaţilor în general vor căuta o dovadă şi vor dori să ştie limpede cum stau lucrurile.

Rareori decurg lucrurile ca la televizor: puţini sunt cei care-şi surprind partenerul în plină acţiune cu amantul/amanta – asta deşi foarte mulţi bărbaţi aleg să-şi facă de cap în propriul pat din propria casă. Uneori cei trădaţi vor auzi diferite zvonuri de la alţii. Prietenii adeseori sunt măcinaţi de îndoieli întrebându-se dacă să-i spună sau nu cuiva că partenerul îi pune coarne – frica de sindromul „omorâţi-l pe mesager” este cât se poate de reală, iar unii prieteni nu sunt animaţi întotdeauna de intenţii bune atunci când dau totul în vileag. Cele mai multe femei vor alege să dezvăluie adevărul, temându-se că într-o zi ele ar putea

fi ultimele care să afle că li se pun coarne, şi cred că şi-ar dori o prietenă care să le deschidă ochii.

Felul cel mai obişnuit în care majoritatea oamenilor află adevărul îl constituie dovezile scrise. Poate fi vorba de o chitanţă de la un hotel care dovedeşte că partenerul a fost într-un loc unde n-ar fi trebuit să fie, bonuri de la cadouri sau flori care nu pot fi explicate, înregistrări ale robotului telefonic, chitanţe de la cărţile de credit, istoria emailurilor expediate sau numere de telefon scrise la repezeală pe vreo bucată de hârtie.

Opt semne obişnuite ale celui care înşală

În lipsa unor probe concrete, a unui prieten „binevoitor” sau a banilor necesari pentru a plăti un detectiv particular, există unele indicii elocvente şi universale care pot sugera că merită formulate anumite întrebări. Fiţi pregătiţi pentru furia şi lipsa încrederii în cazul în care partenerul reuşeşte să vă demonteze suspiciunile, dar fiţi, de asemenea, pregătiţi şi pentru consecinţele fireşti în cazul în care răspunsul este chiar acela pe care nu v-aţi fi dorit să-l auziţi.

Un bărbat se întoarse acasă şi îşi descoperi nevasta în pat cu cel mai bun prieten al lui. Aşa că o împuşcă pe femeie, iar pe câine îl iertă.

Atunci când un bărbat sau o femeie se îndrăgosteşte de altcineva, activitatea hormonală crescută de la nivelul creierului produce anumite modificări comportamentale. Acestea pot implica schimbări subtile de obiceiuri, sau anumite deprinderi noi care vor acoperi rutina zilnică obişnuită.

Schimbări care ţin de rutină — *orice schimbare a unor comportamente care au făcut parte din viaţa voastră de cuplu poate indica faptul că există o forţă din exterior care acţionează: un bărbat care începe să-şi spele hainele singur; un dependent de televizor care face gaură-n fotoliu începe să meargă la sala de gimnastică; partenera începe să nu mai poarte verigheta sau să-şi încuie sertarele...*

Schimbări în materie de sex — *pot să apară modificări subtile în regularitatea sau stilul practicării sportului orizontal în doi, dar aceste schimbări nu ar trebui ignorate. Dacă partenerul sau partenera doreşte să încerce lucruri noi, pe care nu le-a mai făcut cu tine până atunci, este posibil să existe un maestru extern care, prin experienţa lui, să antreneze şi să stimuleze această nou descoperită pasiune. De asemenea, s-ar putea înregistra o bruscă diminuare a apetitului sexual.*

Schimbări de înfăţişare — *respectarea unei diete, haine noi, duşuri imediat ce s-a trecut pragul casei, bărbierit de două ori pe zi, o nouă coafură pentru ea sau un nou stil.*

Excursii de afaceri — *sporirea numărului de călătorii, mai multe nopţi petrecute în deplasare decât de obicei, secrete sau exprimări ambigue când vine vorba de program, neputinţa de a da date concrete despre un anumit hotel sau despre orarul de zbor, a nu fi acolo unde se presupune că ar trebui să se afle. Sau s-ar putea să constataţi că partenerul lucrează deseori până târziu în noapte, sau să vedeţi că mai toţi colegii lui sau ei de birou se simt stânjeniţi în preajma voastră.*

Reacţii nervoase — *când sună telefonul sau când pomeniţi întâmplător o anumită persoană de la serviciu. De asemenea, fiţi atenţi la vorbitul în somn, la schimbările bruşte de dispoziţie sau la o creştere a atitudinii critice faţă de voi.*

Modificări în conversaţie — *în cazul aventurilor alături de colegi de serviciu, cineva care a fost pomenit în treacăt la capitolul de ştiri ale zilei fie iese mai mult în evidenţă — „Am luat masa cu. „ sau „Am pălăvrăgit îndelung cu. „ sau dispare complet din discuţie. Un bărbat va istorisi de regulă aceleaşi lucruri, deoarece a uitat ce a istorisit şi cui.*

Schimbări tehnologice — *observaţi că partenerul începe să prefere să vă trimită emailuri în loc să vă sune. Când vă sună, convorbirile sunt scurte, se sfârşesc abrupt sau se desfăşoară în şoaptă, toate acestea fiind semne că este posibil să fie altcineva prin preajmă. Vin frecvent cu scuze pentru a ieşi la o plimbare cu telefonul mobil la îndemână — de exemplu, pretinzând că semnalul e prost acolo unde vă aflaţi — sau merg la toaletă prea des şi rămân acolo prea mult timp. Când sunteţi împreună, nu vor să răspundă de faţă cu voi la anumite apeluri. Stau mereu pe internet, chiar şi când sunt cu voi, verifică poşta electronică în permanenţă şi în cazul în care vă apropiaţi, fereastra respectivă este închisă brusc. Telefonul lor BlackBerry nu este niciodată lăsat nicăieri unde aţi putea da de el. Calculatoarele şi telefoanele lor dintr-odată sunt parolate.*

Noi prieteni — *au noi tovarăşi de muncă pe care nu apucaţi niciodată să-i întâlniţi. Vă sună din când în când, dar convorbirile sunt întotdeauna scurte: spun că vor reveni cu un telefon ulterior sau că nu ştiu chiar în acel moment o anumită informaţie. Dacă descoperiţi că amicii partenerului înşală la rândul lor s-ar putea să aveţi de-a face cu un grup de infideli care se sprijină reciproc. Cei ce se aseamănă se adună.*

Indiciile enumerate mai sus sunt mai frecvent văzute la bărbaţi decât la femei. Femeile sunt mai subtile în ascunderea urmelor, iar bărbaţii în general nu prea se pricep să observe asemenea indicii (după cum am explicat în detaliu în cartea TZ*e Definitive Book of Body Language).* Nu de puţine ori există indicii pe care până şi un câine orb le-ar observa, dar aţi fi uimiţi să aflaţi cât de mulţi bărbaţi nu bagă de seamă – de exemplu, o retragere completă a oricăror urme de afecţiune din partea ei, ideea ca ea să fie plecată în weekend, prezervative în geanta de drum, o anumită distanţare emoţională şi preocuparea ei faţă de orice altceva în afara lui. Femeile care sunt implicate în aventuri au

tendinţa să renunţe la momentele de intimitate şi la sex în căsătorie, deoarece altminteri duplicitatea ar deveni de nesuportat pentru ele – majoritatea au ajuns să aibă loc în inimă pentru un singur bărbat.

Din motivele menţionate anterior în această carte, bărbatul adeseori găseşte că viaţa sexuală de acasă este puţin mai picantă odată cu escapadele, şi din pricina faptului că orice creier masculin poate separa sexul de dragoste, nu este dificil să facă faţă simultan la două sau mai multe femei.

De ce li s-au dat bărbaţilor creiere mai mari decât câinilor? Pentru ca să nu încalece picioarele femeilor la petreceri.

Cum să faci fată unui infidel

9

În noaptea când prinţul Charles a acordat celebrul interviu televizat în care îşi recunoştea lunga aventură extraconjugală alături de Camilla Parker-Bowles, prinţesa Diana s-a îmbrăcat cu o rochie neagră, scurtă, cea mai sexy pe care o avea în garderobă, afişându-se astfel în faţa lumii întregi la un strălucitor eveniment exclusivist. Cu siguranţă nu i-a fost uşor –, dar i-a fost mai lesne decât să stea acasă plângând şi ţinând în mână o cutie cu şerveţele. Bărbaţii suferă mai puţin când sunt trădaţi, deoarece pentru majoritatea dintre ei primele şi cele mai persistente sentimente sunt furia şi conştientizarea orgoliului rănit – acestea fiind emoţii agresive. Problema bărbaţilor vine odată cu deschiderea emoţională, discuţiile cu prietenii despre suferinţele şi temerile lor.

Regula spune că o femeie va trece prin mai multe faze distincte, începând cu mânie şi suferinţă, dar pe termen lung va ajunge la efecte mult mai profunde. Va avea o criză de încredere şi o scădere a respectului de sine; se va simţi şi mai protectoare faţă de copiii ei şi va simţi povara păstrării unităţii familiei, precum şi o listă de opţiuni. Foarte probabil, ea se va simţi cumva răspunzătoare pentru faptul că bărbatul ei a ales o altă femeie.

Cele mai frecvente efecte secundare pentru femeile trădate sunt depresia şi suferinţele fizice, deoarece nivelurile ridicate de stres slăbesc sistemul imunitar şi lasă corpul neprotejat în faţa infecţiilor şi a bolii. Se va îmbolnăvi de tot ce mişcă, de la răcelile la cap ale copiilor până la dureri de spate şi de articulaţii produse de încordarea constantă a corpului, zi şi noapte.

Unii cred că iarba este întotdeauna mai verde pe partea cealaltă a gardului.
Este adevărat: pe acolo trece conducta de canalizare.

Numeroase femei vor da vina pe cealaltă femeie pentru infidelitatea partenerului lor, ceea ce face parte din aşa-numitul sindrom al negării. Nu pot crede că bărbatul pe care îl iubesc şi în jurul căruia şi-au clădit întreaga viaţă le poate răni astfel şi lăsa cu ochii-n soare. Adeseori femeile se hotărăsc să rămână alături de bărbatul lor şi după o serie de aventuri de-o noapte ale acestuia; multe aleg să rămână chiar şi după escapade mai lungi, şi promisiuni că acestea se vor sfârşi; şi unele rămân chiar şi ani buni, acceptând un şir nesfârşit de aventuri scurte sau de idile de lungă durată.

O fac din mai multe motive: îl iubesc; îşi iubesc copiii; iubesc viaţa de familie şi statutul social pe care-l ai când faci parte dintr-un cuplu şi ai copii. Foarte important, aceste femei nu vor să-şi piardă resursele – locuinţa şi venitul. Respectul lor de sine se scufundă atât de mult încât nu-şi mai pot închipui că altcineva ar putea să le iubească, aşadar, unele femei decid că aventurile amoroase ale soţului sunt un preţ corect pentru o casă frumoasă, un venit sigur şi un stil de viaţă – cu alte cuvinte, ea va rămâne prin preajmă de dragul resurselor. Dar o femeie care se hotărăşte să procedeze astfel va avea mult de suferit atât fizic, cât şi psihic, şi nu are nicio garanţie că el nu va pleca oricum. Acestea fiind spuse, rare sunt cazurile în care un bărbat va părăsi o relaţie pentru că este nefericit. El va rămâne în relaţia respectivă pentru că nu are o ofertă mai bună. Aventurile de o noapte se pot transforma în dragoste sau relaţii pe termen

lung, dacă el se hotărăşte că pentru noua femeie merită să treacă prin agonia părăsirii prezentei relaţii.

E mai probabil ca un bărbat care află de aventurile soţiei sale să rămână alături de ea dacă escapada este trecută sub tăcere şi nimeni nu află de ea. Orgoliul masculin are serios de suferit de pe urma aventurilor amoroase ale femeilor. Dacă şi alţii află de ele, bărbatul se va simţi foarte prost, iar instinctele lui primare îi vor spune că paternitatea lui nu mai este sigură. După cum am spus, dacă nu are o ofertă mai bună, un bărbat probabil că va rămâne şi va încerca să lămurească lucrurile, asta dacă nu se hotărăşte ea să-l alunge.

În viaţă ai două alternative: ori rămâi singur şi-ţi plângi de milă, ori te căsătoreşti şi-ţi doreşti să fi murit.

Bob Hope

Realitatea vieţii trăite alături de un partener infidel pe care alegi să nu-l părăseşti poate fi mai dură decât simpla părăsire a corabiei pentru a lua totul de la-nceput. Foarte puţini oameni reuşesc să-şi găsească o modalitate de refulare a durerii şi agresivităţii, în vreme ce încearcă să se ascundă tocmai de durere şi să nege în sinea lor necredinţa partenerului. Durerea şi mânia ar trebui să vizeze persoana care a produs aceste sentimente – chiar partenerul – nu persoana cu care a avut o aventură.

Cei care se confruntă cu un partener infidel suferă de asemenea sentimente de ură de sine pentru că şi-au îngăduit să fie reduse la nivelul multor iubiţi batjocoriţi – ţipete în stradă, bătăi, lovituri în maşini, a arunca în ferestre cu cărămizi, a posta mesaje de răzbunare pe bloguri de pe internet sau a tăia mânecile hainelor.

Unii bărbaţi şi unele femei văd în aventurile pentru răzbunare singura opţiune valabilă, dar acest lucru poate avea urmări serioase. După o sporire iniţială a stimei de sine, se poate să se trezească abandonaţi şi să simtă că au fost din nou folosiţi şi

abuzaţi. În plus, o aventură de dragul răzbunării nu face altceva decât să-i aducă la acelaşi nivel cu partenerul care a trădat.

Îndreptarea lucrurilor

Exact cum mi-am închipuit, leoparzii nu-şi schimbă niciodată petele!
Hai, dragă... doar ţi-am spus de la bun început că sunt un ghepard.

Un infidel de meserie nu prea are stofă de familist şi are nevoie de consiliere personală şi de o reevaluare a priorităţilor dacă doreşte să poată susţine vreodată
o relaţie pe termen lung. Partenerul unor astfel de persoane ar face mai bine să o ia de la început decât să se chinuie să aibă o viaţă fericită alături de un uşuratic. Nu şi-ar dori nimeni în mod intenţionat să caute un criminal sau un ticălos drept partener, aşa că de ce şi-ar dori cineva un fluşturatic?

O persoană care are o aventură pe termen lung trebuie silită să facă o alegere. Nu există cu adevărat un viitor – altul decât unul guvernat de boală şi depresie – pentru cineva care alege să

rămână cu un partener mereu infidel. Dacă situaţia persistă, totul nu se poate sfârşi decât jalnic, cu un mare preţ emoţional pentru toţi cei implicaţi.

Cea mai mare provocare pe care trebuie să o înfrunte cei care doresc să-şi rezolve problemele şi să îşi reînvie relaţia este să poată să lase în urmă naufragiul şi să construiască o relaţie nouă, mai bună, cu partenerul decât cea pe care au avut-o anterior.

Mic ghid pentru recuperarea după o aventură

1. Comunicaţi. Dacă nu discutaţi despre ce s-a petrecut, de ce şi cum s-a întâmplat, nu veţi putea găsi niciodată o cale de a merge înainte. Fiţi cinstiţi şi nu vă temeţi să puneţi întrebări chiar şi dacă nu vă sunt pe plac răspunsurile pe care le veţi primi. Numai acest răspunsuri vă pot oferi cheia pentru viitor.
2. Vorbiţi deschis. Dacă aţi avut o aventură, recunoaşteţi că a fost o greşeală şi afirmaţi din inimă faptul că vă doriţi salvarea relaţiei. Se prea poate să vă temeţi de consecinţe, dar mărturisirea vă va da şanse mult mai mari de a îndrepta lucrurile decât dacă partenerul ar auzi adevărul de la altcineva. Fiţi încurajaţi de gândul că dezvăluirea unei aventuri poate fi de multe ori acel lucru de care aveţi nevoie pentru a vă reporni un mariaj care suferea, deoarece oferă adeseori şocul necesar oamenilor pentru a se opri, a reevalua şi a îmbunătăţi.
3. Evitaţi să aruncaţi vina unul pe celălalt pentru ceea ce aţi făcut sau nu aţi făcut. Nu este o abordare potrivită şi nu vă va ajuta să dezvăluiţi şi să înfruntaţi problemele care au condus la aventura respectivă.
4. Nu luaţi decizii în grabă. Lăsaţi să treacă un timp pentru a depăşi şocul. Astfel veţi putea să faceţi o evaluare logică şi obiectivă a situaţiei. După aproximativ o săptămână, veţi fi mai calmi şi vă veţi simţi capabili să luaţi decizii majore cu privire la viitorul relaţiei voastre.

5. Acceptaţi o perioadă de tristeţe. Relaţia, aşa cum o ştiaţi, s-a dus şi nu se va mai întoarce niciodată. Dacă afişaţi faţă de toţi ceilalţi o figură „normală” nu înseamnă că vă veţi putea convinge că totul va redeveni cum a fost înainte.
6. Dacă nu puteţi rosti un lucru, scrieţi-l. Acest sfat s-a dovedit a fi de mare folos pentru bărbaţi cărora le vine greu de obicei să îşi comunice sentimentele şi temerile. Vorbitul nu se numără printre punctele tari ale unui bărbat, aşa că nu vă pierdeţi în nesfârşite afirmaţii post-mortem despre aventură. Discutaţi doar esenţialul.
7. Faceţi o listă. Alcătuiţi împreună cu partenerul o listă a lucrurilor care trebuie să se schimbe sau a celor ce merită atenţie pentru a pune relaţia pe făgaşul cel bun. E uluitor cum lucrurile care apar pe listele unora sunt adeseori foarte simple şi directe. E de mirare cum nu au fost observate înainte de aventura respectivă, dar problema e că lucrurile ajung să fie îngropate sub avalanşa vieţii zilnice de familie.
8. Fiţi buni cu voi înşivă. Acordaţi-vă momente de răgaz de la sarcinile neplăcute de zi cu zi care nu sunt chiar urgente, sau care nu trebuie să fie îndeplinite atât de des, dacă asta vă va spori calitatea timpului petrecut împreună sau vă va face să vă simţiţi bine.
9. Lucraţi împreună asupra problemelor care ţin de stima de sine. După o aventură, singurul soi de mariaj care poate fi salvat este acela care include un nivel zdravăn de remuşcări şi căinţă din partea amândurora, dar nu vă lăsaţi, totuşi, copleşiţi de aceste sentimente. Încercaţi să le preschimbaţi într-o concluzie pozitivă. Cea mai bună cale de a scăpa de vină este să vă acceptaţi rolul pe care l-aţi jucat în desfăşurarea lucrurilor şi să nu faceţi asta vreodată alegând să îndreptaţi lucrurile.

Patru strategii importante pentru a evita să ajungeţi chiar voi infideli

1. Întotdeauna faceţi din partener prioritatea voastră numărul 1. Relaţiile în care unul sau ambii parteneri îşi concentrează mai cu seamă atenţia asupra carierei, afacerilor sau copiilor sunt în mare pericol de a aluneca spre aventuri. Deşi toate acestea sunt lucruri importante, nu le lăsaţi niciodată să fie pe primul loc în viaţa voastră.
2. Faceţi anumite destăinuiri numai partenerului. Nu împărtăşiţi gânduri personale sau intime cu alţii dacă nu le-aţi discutat cu partenerul.
3. Rămâneţi conectat cu partenerul zi de zi. Cei care-şi fac timp să-şi discute gândurile zilnic cu partenerul alcătuiesc cupluri în care incidenţa infidelităţii este minimă, iar sentimentul securităţii este ridicat.
4. Evitaţi orice situaţii care ar permite declanşarea unor aventuri. Evitaţi orice situaţii în care v-aţi putea simţi pe moment atraşi de altcineva. Asta nu înseamnă că relaţia voastră are vreo problemă şi că trebuie să o rezolvaţi; înseamnă doar că e mai bine să vă feriţi de asemenea circumstanţe.

Rezumat

Infidelitatea este lucrul de care oricine este implicat într-o relaţie se teme cel mai mult, dar aproape întotdeauna există semnale care indică faptul că unul dintre parteneri este nefericit şi ar putea avea o aventură. Vorbind deschis cu partenerul şi comunicând temerile şi sentimentele care vă-ncearcă, păstrând legătura cu inima vie a relaţiei voastre, veţi putea construi un dig de apărare în calea infidelităţii.

Aventurile rareori rezolvă probleme; întotdeauna creează altele noi.

Un bărbat care se însoară cu amanta lui, lasă liberă acea poziţie.

Oscar Wilde

O nouă persoană aduce cu sine noi necesităţi, şi cu cât va fi mai

mare diferenţa de vârstă, cu atât mai complicate vor fi acele probleme. Cei mai mulţi infideli confundă dorinţa şi condimentul numit „teama de a fi dat în vileag” cu dragostea. O aventură înseamnă petrecerea timpului într-un mod complet egoist, întru totul personal cu cineva, fără discuţii despre realităţile vieţii cotidiene – cine va spăla vasul de toaletă, cine-i va duce cu maşina pe copii la lecţiile de pian sau cine va duce gunoiul. Chiar şi atunci când cineva se căsătoreşte cu cel/cea cu care a avut o aventură, în 90% din cazuri hormonii pasiunii care i-au adus laolaltă pe amanţi dispar după 12-24 luni, când incitarea descoperirii unei persoane noi dispare şi rutina vieţii se instaurează din nou.

Cei implicaţi în aventuri pierd de regulă 50% sau chiar mai mult din contactele lor sociale odată cu divorţul, la fel sau poate chiar mai mult din resurse şi sunt nevoiţi să execute un balet fin între noua dragoste şi copii, fraţi, surori, părinţi, prieteni sau colegi ai fostului partener, dintre care unii vor respinge noul partener.

Compania Relate, cea mai importantă organizaţie britanică ce are ca scop relaţiile, a descoperit că 50% din cuplurile care au pus capăt unei relaţii de lungă durată au regretat ulterior decizia. O aventură nu trebuie neapărat să încheie o relaţie, dimpotrivă, ea poate constitui un semnal de alarmă cu privire la problemele existente şi pe care unul sau chiar amândoi partenerii se încăpăţânează să le nege. Când un bărbat sau o femeie calcă strâmb, aceasta se întâmplă, deoarece relaţia se cuvine să se schimbe într-un fel sau altul.

O terapie de cuplu desfăşurată în mod regulat poate îndepărta majoritatea problemelor care conduc la aventuri.

- **Aventurile se pot întâmpla oricui, în orice relaţie.**
- **Aventurile nu rezolvă probleme; pur şi simplu, creează altele noi.**
- **Folosiţi terapia de cuplu pentru a înfrunta posibilele probleme.**

CAPITOLUL 7

Cum să-ţi găseşti partenerul (partenera) potrivit(ă) - întrecerea pentru ratingul de cuplare

Pe baza datelor personale pe care ni le-aţi furnizat, domnule Philstein, iată prima imagine a

partenerului perfect pentru dvs.

M-am hotărât să mă însor cu ea. Curtarea ar fi fost o simplă formalitate. Dar ce aş fi putut spune pentru a începe să-i fac curte? „ Vrei o gumă de mestecat?” suna cam nepotrivit, prea josnic. „Hei, păpuşă!” era o formulă de salut prea banală pentru a o întâmpina pe viitoarea mea soţie. „ Te iubesc! Sunt aprins de pasiune!” suna prea direct. „ Vreau să te fac mama copiilor mei” era un pic prematur. Aşa că nu am spus nimic. Exact — nu am spus nimic. Pur şi simplu, am stat acolo proţăpit fără să scot un sunet. După o vreme, autobuzul a ajuns în staţie, ea a coborât şi nu am mai văzut-o niciodată.

Cum încep majoritatea relaţiilor

Pentru cei mai mulţi dintre noi, relaţiile încep accidental. În vreme ce tot mai mulţi oameni ajung să se cunoască prin intermediul agenţiilor matrimoniale sau pe internet, aproximativ jumătate dintre noi dăm peste potenţiali parteneri la slujbă, iar restul îşi întâlnesc partenerii întâmplător, prin cluburi, baruri, cârciumi, discoteci, la ieşiri în aer liber pentru câte un grătar

sau la întâlniri cu necunoscuţi. Cei mai mulţi dintre noi ne-am cunoscut partenerii în mod accidental, fără a fi ceva planificat sau fără a ne stabili o ţintă, şi în aceste condiţii ne mai mirăm de ce este atât de ridicată rata divorţurilor.

Dacă aţi fi managerul de HR al unei companii şi aţi fi nevoit să angajaţi un manager pentru o poziţie de top, aţi insista să primiţi un CV, un raport medical, date financiare, o verificare a conturilor şi a insolvabilităţii şi aţi dori, de asemenea, să primiţi referinţe de la angajatorii precedenţi. Aţi dori să ştiţi dacă persoana respectivă a fost la puşcărie sau a comis vreo crimă, nu-i aşa? Atunci de ce v-aţi angaja într-o nouă relaţie cu cineva pe care abia l-aţi întâlnit în vreun club sau *pub* şi despre care nu ştiţi absolut nimic? Ei bine, exact în acest fel majoritatea dintre noi îşi întâlnesc partenerii – accidental. În primul an al noii relaţii oamenii se străduiesc să minimizeze aspectele negative şi să le scoată în evidenţă pe cele pozitive, şi astfel pentru o bună bucată de vreme nu ajung să cunoască, într-adevăr, persoana respectivă.

Persoana perfectă pentru voi este cea despre care nu aveţi absolut niciun dubiu şi pe care în mod sigur, absolut, din toată inima v-o doriţi pentru totdeauna în viaţa voastră. Nu e nicio grabă. Vârsta nu mai constituie un impediment important şi sunt numeroase persoane disponibile pentru voi.

Fiecare relaţie pe care o aveţi este un exerciţiu din care aveţi ce învăţa şi o bornă importantă pe drumul către partenerul ideal pentru voi.

Când vine vorba de alegerea unui partener pe termen lung, o bună raţiune este de mult mai mare ajutor decât emoţiile sau sentimentele. După cum am afirmat, dragostea timpurie se bazează pe o combinaţie de substanţe secretate la nivelul creierului care au drept scop să vă împingă înspre o stare propice reproducerii, fără a lua aproape deloc în considerare dacă este sau nu potrivită o anumită persoană pentru voi. Orice decizie care v-ar putea schimba viaţa pe care o luaţi în privinţa unui partener ar trebui să fie cântărită cu mare atenţie dacă

doriţi să vă potriviţi bine cu partenerul respectiv. O slabă compatibilitate poate avea consecinţe grave şi vă poate transforma viaţa într-un coşmar. Cea mai inteligentă cale de a găsi un partener pentru întreaga viaţă este de a proceda similar ca atunci când aţi selecta un candidat pentru o funcţie de mare răspundere într-o companie. De ce să lăsaţi un străin să vă schimbe viaţa şi să îngăduiţi acest lucru pentru că aţi avut de-a face cu o supradoză de hormoni?

Cuplarea cu partenerul potrivit

Găsirea partenerului potrivit depinde întru totul de două lucruri:

1. Să ştii foarte precis ce-ţi doreşti de la un partener.
2. Să poţi oferi în schimb ceea ce doreşte el de la tine.

După cum probabil că aţi aflat deja, femeile din timpuri străvechi doreau de la bărbaţi resurse. În consecinţă, bărbaţii au evoluat devenind inşi care acumulează resurse, câştigă putere sau chiar le obţin pe amândouă. Bărbaţii de pe timpuri căutau la o femeie abilitatea de reproducere, astfel încât femeile au ajuns să facă tot ce este nevoie pentru a părea tinere, sănătoase şi fertile. În mod conştient sau inconştient, bărbaţii şi femeile înţeleg ce-şi doresc reprezentanţii sexului opus. Întocmai precum un pescar aruncă nada pentru a momi peştii, la fel bărbaţii şi femeile fac tot ce este necesar pentru a atrage un potenţial partener.

Femeile îi ademenesc pe bărbaţi oferindu-le sex; bărbaţii le momesc pe femei oferindu-le resurse.

Acesta este punctul în care generaţiile mai tinere au ajuns la nedumeriri. Tinerele femei au început să creadă că din pricina faptului că se presupune că bărbaţii şi femeile sunt la fel – adică „egali” – bărbaţii din ziua de azi şi-ar dori întâlniri prelungite şi asezonate cu îndelungi momente de curtare, preludiu, discuţii despre sentimente şi jocuri. Adevărul este că bărbaţii din secolul XXI sunt predispuşi să-şi dorească exact ce voiau şi

înaintaşii lor: cât mai mult sex cu putinţă şi cât mai mare varietate de partenere – şi asta cât mai repede posibil.

Bărbaţii cu experienţă care înţeleg nevoile fundamentale ale femeilor vor lua parte la obiceiurile frecvente de peţire şi de romantism pentru a obţine ceea ce- şi doresc, dar cu cât este mai ridicat statutul unui bărbat, cu atât mai puţin timp este acesta dispus să investească. Dacă lui Brad Pitt probabil că i-ar trebui vreo 30 de minute pentru a ajunge în pat cu o femeie atrăgătoare, unui neica nimeni de la contabilitatea unei sucursale zonale ale unei bănci probabil că i-ar trebui şase luni de ritualuri de curtare pentru a ajunge în aşternuturile ei.

Valori şi convingeri fundamentale

În vreme ce resursele unui bărbat şi sănătatea şi tinereţea unei femei sunt temeiurile iniţiale şi înnăscute care motivează atracţia dintre oameni, toate studiile despre relaţiile care durează au ajuns la aceeaşi concluzie – cei care rămân fideli unui partener o fac pentru că împărtăşesc cu el aceleaşi valori şi convingeri fundamentale.

Cuplurile care rezistă în timp au valori şi convingeri fundamentale similare sau foarte apropiate.

Valorile fundamentale sunt:

1. Atitudinea faţă de creşterea copiilor şi în ceea ce priveşte disciplina
2. Împărţirea sarcinilor şi responsabilităţilor domestice
3. Finanţele – cât, unde şi cum se cheltuieşte
4. Curăţenia şi standardele de viaţă
5. Viaţa socială şi de familie – implicare, activităţi şi frecvenţă
6. Sexul şi intimitatea – cine de ce are nevoie şi dacă va primi sau nu acele lucruri?

Convingerile fundamentale sunt:

1. Spirituale şi religioase
2. Etice şi morale
3. Politice şi culturale

Nu există cuplu compatibil. Cele mai multe diferenţe de opinie vizează aceleaşi lucruri: bani, sex, copii şi timp. O relaţie de succes pe termen lung implică o anumită chimie între parteneri, valori şi convingeri fundamentale similare şi abilitatea de a face faţă diferenţelor de opinii. Compatibilitatea se creează. Amintiţi-vă că după un an sau doi revoluţia hormonală trece în cazul celor mai mulţi oameni, iar cuplurile rămân împreună datorită valorilor şi convingerilor fundamentale comune. Când întâlniţi pe cineva nou, acea persoană se va purta cât poate de bine vreme de aproximativ un an, aşadar, este nevoie de timp pentru a descoperi care sunt valorile şi convingerile fundamentale ale cuiva.

Iată trei întrebări simple pentru a evalua potenţialul domnului sau doamnei perfecte în fazele incipiente ale unei noi relaţii:

1. Care sunt valorile lor fundamentale? Cum se poartă cineva cu ceilalţi, prieteni, rude, colegi de serviciu? Este grijuliu, atent, iubitor şi pasional? Este important felul în care persoana respectivă se comportă faţă de un câine sau faţă de un ospătar într-un restaurant – în cele din urmă, la fel se va purta şi cu voi.
2. Ce spun acţiunile lor? Cineva vă poate spune câte-n lună şi-n stele, dar acţiunile persoanei respective vă dezvăluie cum este de fapt acel om. Dacă vă vor spune că sunteţi singurul lucru care contează pentru ei, şi totuşi, petrec mai mult timp cu prietenii, felul lor de a acţiona scoate la iveală adevărul.
3. Ce cred prietenii voştri? Deşi propria părere este cea mai importantă, prietenii apropiaţi pot vedea lucruri pe care cineva înamorat şi îndopat cu hormoni nu le observă. Prietenii vă pot ajuta să priviţi realitatea cu obiectivitate.

Cele cinci greşeli foarte frecvente ale unei „noi relaţii”

Cei mai mulţi oameni se vor recunoaşte în ce este scris aici, deoarece majoritatea dintre noi ne-am judecat greşit partenerul, la un moment dat, de-a lungul vieţii.

Greşeala numărul 1: a face alegeri hormonale

Când cineva se îndrăgosteşte „nebuneşte”, face alegeri pornind de la sentimentele trăite la un moment dat şi nu pe baza potrivirii pe termen lung cu un partener. După cum am discutat în primul capitol, în stadiul dorinţei/dragostei pasionale, creierul este inundat de hormoni care produc o stare asemănătoare celei experimentate sub influenţa drogurilor. Dacă simţiţi că sunteţi pe punctul de a vă logodi cu cineva pentru că persoana respectivă „are ceva anume magnetic... un sentiment magic imposibil de descris în cuvinte” faceţi un duş rece şi recitiţi capitolul 1. Hormonii sunt cei care vă vorbesc, nu creierul. Sigur, lăsaţi-vă purtaţi de plăcerea unei noi poveşti de dragoste, dar hotărâţi-vă înainte că indiferent de cine v-aţi îndrăgosti, veţi lăsa să treacă o bucată de vreme înainte de a lua orice decizie cu privire la viitor.

Greşeala numărul 2: negarea problemelor

Se poate să negaţi în sinea voastră că o anumită persoană are unele probleme de care aveţi idee sau să refuzaţi să-i ascultaţi pe alţii care vă vorbesc despre neajunsurile persoanei pe care o iubiţi. Vă puteţi concentra atenţia asupra punctelor pozitive şi să vedeţi partenerul numai aşa cum aţi dori să fie. Orice informaţie pe care aţi putea-o primi despre acea persoană ar trebui să fie folosită pentru a face o alegere inteligentă şi cumpătată.

Greşeala numărul3: alegerea unor oameni aflaţi „la nevoie”

Atrageţi pe cineva care susţine că are nevoie de voi şi vă petreceţi timpul „fiind alături de acea persoană” şi încercând în permanenţă să le rezolvaţi nevrozele. În cele din urmă, veţi obosi şi veţi începe să căutaţi pe altcineva. În mod asemănător, dacă voi sunteţi cei „nevoiaşi” pentru că tocmai aţi trecut printr-

un divorţ, o despărţire sau aţi fost părăsiţi, sunteţi candidaţi serioşi pentru postura de noi victime. Acordaţi-vă un timp – 10% din durata relaţiei precedente – pentru a trece peste perioada în care resimţiţi pierderea grea. Apoi găsiţi pe cineva care vrea să fie cu voi, nu care are nevoie să fie cu voi.

Greşeala numărul 4: a fi maleabil

Vă petreceţi timpul încercând cu disperare să evitaţi orice neînţelegere cu noua iubire, străduindu-vă să-i aduceţi un zâmbet pe buze sau să nu suflaţi un cuvânt care ar putea fi supărător. Veţi deveni un *yesman,* dar nimeni nu respectă o astfel de persoană. Fiind pasiv şi maleabil, foarte curând vă veţi încărca de resentimente şi mânie, iar partenerul va ajunge să creadă fie că nu aveţi niciun sentiment adevărat, fie că sentimentele voastre nu fac nici cât o ceapă degerată. Ca atare, veţi fi lipsiţi de apărare în faţa abuzurilor emoţionale. Aveţi nevoie de cel puţin două sau trei certuri sau contradicţii cu noua dragoste pentru a avea un punct de vedere realist despre cum este de fapt acea persoană.

Greşeala numărul 5: alegerea unui partener pe care credeţi că îl puteţi schimba „Ştiu că nu are o istorie prea grozavă în ceea ce priveşte fostele relaţii, dar când e cu mine e altfel. Se va schimba.” Ah... nu, nu o va face. Cei care cred că pot schimba pe cineva sau că acea persoană va fi altfel alături de ei îşi caută cu lumânarea o viaţă dificilă. Numeroase femei cred că puterea magică a dragostei va fauri un nou bărbat chiar dinaintea ochilor lor, dar ceea ce se întâmplă în mod normal e că bărbatul îşi reia apucăturile vechi şi le transpune în noua relaţie. De regulă, asta nu se întâmplă până ce nu trece un timp, deoarece în stadiile timpurii ale dragostei pasionale, cei mai mulţi oameni îşi arată cea mai bună faţă, ascunzându-şi proastele obiceiuri.

În 2007, durata, medie a unei căsnicii era de 12 ani.

Ratingul de cuplare

Fiecare persoană are o cifră, aşa-numitul rating de cuplare, care este de obicei un număr de la 0 la 10. Este o formă de evaluare a dorinţei pe care fiecare dintre noi o inspiră oricând celorlalţi pe piaţa cuplărilor. În mod conştient sau inconştient, cu toţii îi cântărim pe ceilalţi folosind acest etalon şi procedăm astfel cu fiecare persoană pe care o vedem sau întâlnim. Acest rating porneşte de la caracteristicile dorite de bărbaţi sau femei la un partener.

Când privim un cuplu luând masa la restaurant sau trecând pe lângă noi, îi evaluăm pe ambii parteneri şi ne hotărâm dacă primesc note asemănătoare. Cântărim şi ne hotărâm dacă relaţia este una benefică pentru amândoi şi dacă pot sau nu să obţină ceea ce-şi doresc de la relaţie – altfel spus, se potrivesc sau nu? Le evaluăm înfăţişarea, gradul de atractivitate, forma corpului, simetria trăsăturilor, resursele, frumuseţea şi aşa mai departe.

De pildă, superpartenerii Brad Pitt şi Angelina Jolie ar obţine nota maximă de zece în ochii multora dintre noi, deoarece par să aibă totul – bani, faimă, putere, atractivitate. Au acelaşi rating de cuplare. Şi totuşi, în cazul altor cupluri se întâmplă să clătinaţi din cap şi să nu reuşiţi să pricepeţi ce vede ea la el, sau invers – sau cum de reuşeşte relaţia să meargă. Vă gândiţi că el poate mult mai mult sau poate că ea trebuie să fie tare disperată.

Dacă aveţi prilejul să vorbiţi cu cei care alcătuiesc cuplul respectiv şi să-i cunoaşteţi mai bine, veţi putea apoi să le creşteţi sau să le micşoraţi ratingul. Dacă sunt bogaţi, amuzanţi, buni la suflet sau inteligenţi, le veţi creşte ratingul de cuplare, pe când dacă sunt răi, zgârciţi, plictisitori sau n-au un ban în buzunar, le veţi scădea acest rating.

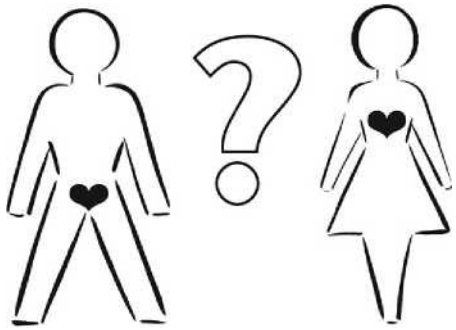
Pinguinii nu se despart niciodată. Ceea ce nu mă surprinde prea tare, deoarece toţi arată la fel. N-au nicio şansă de a întâlni într-o bună zi un alt pinguin mai arătos.

Ellen DeGeneres

Toate studiile despre împerecherea la oameni arată că fiecare

dintre noi are cele mai mari şanse pentru o relaţie de lungă durată cu cineva care are exact *acelaşi rating de cuplare* ca şi noi. Cineva care e de nota 7, de exemplu, are cele mai mari şanse să aibă o relaţie stabilă pe termen lung tot cu cineva de nota 7. Se prea poate ca vreunul dintre noi să viseze la Kylie Minogue sau Brad Pitt, dar de obicei va sfârşi alături de un partener pe măsura lui sau ei şi dacă valorile şi convingerile fundamentale ale partenerului coincid cu ale sale şi mai există şi ceva chimie la mijloc, probabil că asta e potrivirea perfectă. Problemele în relaţie apar atunci când ratingul de cuplare al unuia dintre parteneri se schimbă foarte mult. De exemplu, un bărbat care îşi sporeşte resursele, deoarece a fost promovat sau a câştigat la loterie urcă de la 7 la 8,5 să spunem, sau o femeie poate avea un rating mai coborât, deoarece se neglijează sau se îngraşă, ajungând astfel la un 5. El începe mai apoi să o critice, în timp ce ea încearcă să compenseze pierderea prin ceea ce face.

Test: ratingul de cuplare – unde consideraţi că vă este locul pe piaţa partenerilor de cuplu?



Acest test a fost conceput pentru a vă evalua ratingul personal de cuplare – asta înseamnă unde vă plasează reprezentanţii sexului opus (sau cei care au alte condiţionări cerebrale decât voi) pe o scară a partenerilor doriţi. Acest test este folositor pentru toţi cei care doresc să-şi îmbunătăţească ratingul de cuplare şi să facă saltul la nivelul următor. Vă va permite să identificaţi zonele mai slabe sau pe cele în care nu excelaţi. Indiferent în ce categorie v-aţi plasa în acest test, dacă sunteţi mulţumiţi de locul pe care-l ocupaţi, totul e-n regulă. Dacă nu vă simţiţi, totuşi, în largul vostru, acest test vă va orienta către zonele în care aveţi nevoie de îmbunătăţiri. Am observat că oamenii au de regulă tendinţa să fie duri cu ei înşişi aşa că vă sugerăm să-i cereţi cuiva care vă cunoaşte foarte bine să facă testul împreună cu voi şi să vă îndrume către rezultatul care v-ar putea reflecta cel mai bine. Astfel veţi putea nu doar să vedeţi cum vă percepeţi, ci şi cum sunteţi priviţi de cei din jur. Mulţi vor fi uimiţi să afle cum îi văd ceilalţi prin comparaţie cu felul în care se evaluează singuri.

Răspundeţi la toate întrebările înainte de a vă uita la sistemul de notare, rămânând astfel cinstiţi cu voi înşivă.

Test pentru bărbaţi

Secţiunea I		Rar	Uneori	Adeseori
1.	Mă încadrez în parametrii Indicelui de Masă Corporală.			
2.	Spun adevărul despre mine în CV.			
3.	Dacă o femeie ar flirta cu mine din priviri într-un bar, aş recunoaşte semnalele ei.			
4.	Pot citi printre rânduri afirmaţiile oamenilor.			
5.	Fac sport sau exerciţii fizice în mod regulat.			
6.	Primesc recunoaştere pentru lucrurile pe care le-am făcut, nu pentru cele pe care nu le-am făcut.			
7.	Când văd un cadou deosebit sau unic, adeseori îl cumpăr pentru cineva.			
8.	Am partea superioară a trunchiului în formă de trapez.			
9.	Atunci când sunt implicat într-o relaţie, scriu de mână bileţele, trimit mesaje sau emailuri prin care îi spun partenerei cât de specială este.			

10.	Cei mai mulţi oameni sunt de părere că am un bun simţ al umorului.			
11.	Iubesc copiii şi animalele.			
12.	Ştiu ce este punctul G şi cum dau de el.			
13.	Ştiu să ascult şi manifest compasiune faţă de nevoile celorlalţi.			
14.	Oamenii care mă cunosc ar spune că sunt un tip manierat.			
15.	Am o piele bună şi tenul curat.			
16.	Ce înălţime aveţi prin comparaţie cu un bărbat	mai scund	potrivit	mai înalt
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană				
Secţiunea a II-a		**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
17.	Îmi place să cunosc oameni noi, să-mi fac noi prieteni şi sunt uşor de abordat.			
18.	Pot râde de mine însumi.			
19.	Simt când alţii suferă, sunt răniţi sau întristaţi.			
20.	Îmi împrospătez în mod regulat garderoba, mai cu seamă lenjeria de corp.			

21.	Mă gândesc adeseori la căi prin care să-mi fac partenera să se simtă iubită. Fac sport sau exerciţii fizice în mod regulat.			
22.	Pot râde cu uşurinţă de ce se întâmplă zi de zi şi de obicei râd uşor. > J			
23.	Cei care mă cunosc ar spune că sunt un om cu capul pe umeri.			
24.	Iau în considerare nevoile oamenilor importanţi din viaţa mea.			
25.	Sunt atent la îngrijirea personală – de exemplu părul, unghiile şi tenul meu sunt curate.			
26.	Îmi plac glumele şi râd cu poftă la ele.			
27.	Când întâlnesc o femeie cu care mi-aş dori să am o relaţie şi care afişează un anumit interes faţă de mine fac tot ce pot pentru a-i face curte.			
28.	Îi spun frecvent partenerei „Te iubesc!”.			
29.	Adeseori pregătesc cina, spăl vasele sau iau de pe umerii partenerei diferite sarcini, lăsând-o să se odihnească.			
30.	Cei mai mulţi consideră că sunt un om onest, cu coloană vertebrală.			

31.	Sunt încrezător în înfăţişarea mea fizică şi în capacităţile mele fizice.			
32.	Când viaţa e dură, reuşesc, totuşi, să găsesc câte un lucru pozitiv.			
Secţiunea a Il-a		**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
33.	Când îmi pun în minte ceva, mă ţin de treabă până la capăt.			
34.	Dacă îi scapă cuiva pe jos o bancnotă de 100 de lei, o ridic şi i-o dau. >			
35.	Cei care mă cunosc ar spune despre mine că sunt un om cu scaun la cap.			
36.	Corpul meu este simetric. (o jumătate se potriveşte cu cealaltă.)	Nu	Destul	Da
	Totalul bifărilor pentru fiecare coloană			

Secţiunea a IlI-a		**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
37.	Am o atitudine pozitivă faţă de viaţă, obiective clare. Sunt ambiţios.			
38.	Sunt dispus să-mi împart resursele cu partenera mea.			
39.	Ştiu că primele impresii sunt foarte importante pentru a şti cum mă descurc.			

40.	Mă străduiesc să-mi sporesc resursele.			
41.	Felul în care mă îngrijesc şi mă îmbrac îmi poate influenţa statutul faţă de ceilalţi.			
42.	Nu aş avea niciodată secrete faţă de parteneră şi sunt de părere că onestitatea este cea mai bună cale.			
43.	Dacă în viaţa mea apare un obstacol, pot găsi soluţii pentru a-l depăşi.			
44.	Mă străduiesc să-mi îmbunătăţesc calităţile.			
45.	Cu palma orientată către voi, priviţi-vă degetul inelar. Este mai lung sau mai scurt decât arătătorul?	Mai scurt	La fel	Mai lung
46.	Care vă sunt veniturile comparativ cu un om obişnuit?	Scăzute	Medii	Ridicate
	Totalul bifărilor pentru fiecare coloană			
Scor total				
Secţiunea I		**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană				
Înmulţiţi cu		1	2	3
Total — secţiunea I				

Secţiunea a II-a	**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană			
Înmulţiţi cu	1	4	6
Total — secţiunea a II-a			
Secţiunea a III-a	**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană			
Înmulţiţi cu	1	6	9
Total — secţiunea a III-a			
Introduceţi totalul fiecărei secţiuni în parte pentru a vedea totalul general. Adunarea rezultatelor = totalul general = ratingul de cuplare.			

Test pentru femei

	Secţiunea I	**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
1.	Dacă în viaţa mea apare un obstacol, pot găsi soluţii pentru a-l depăşi.			
2.	Pot râde de mine însămi.			
3.	Mă încadrez în parametrii Indicelui de Masă Corporală.			
4.	Pot râde cu uşurinţă de ce se întâmplă zi de zi şi de obicei râd uşor.			

5.	Sunt o bună ascultătoare.			
6.	Când viaţa e grea, pot încă să mai găsesc prilejuri de a mă amuza.			
7.	Savurez din plin şi râd la glumele făcute de bărbaţi.			
8.	Fac sport şi/sau exerciţii fizice în mod regulat.			
9.	Sunt atentă şi ascult în linişte fără să mă pripesc în a trage concluzii.			
10.	Cei care mă cunosc ar spune că sunt cu capul pe umeri.			
11.	Îmi păstrez concentrarea pentru a duce o treabă la bun sfârşit.			
12.	Când mă aflu într-un grup de oameni de succes, mă simt cât se poate de în largul meu vorbindu-le.			
13.	Cei mai mulţi oameni pe care îi cunosc sunt de părere că am un simţ al umorului dezvoltat.			
14.	Oamenii care mă cunosc ar spune că sunt cât se poate de raţională.			
15.	Cum este înălţimea voastră prin comparaţie cu media în cazul femeilor?	Mai mare	Potrivită	Mai mică
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană				
Secţiunea a Il-a		**Rar**	**Uneori**	**Adesori**
16.	Îmi place să întâlnesc oameni noi şi să-mi fac noi prieteni.			
17.	Am o piele bună şi tenul curat.			
18.	Întotdeauna dau prioritate partenerului meu atunci când sunt şi alţi bărbaţi prin preajmă.			
19.	Sunt uşor de abordat şi vorbesc liber altora. > J			
20.	Mă îngrijesc bine şi am grijă de igiena personală.			
21.	Păstrez sub tăcere detalii despre iubiri şi relaţii precedente.			
22.	Nu mă deranjează interesul bărbaţilor faţă de pornografie.			
23.	Am o atitudine pozitivă faţă de viaţă.			
24.	Sunt mândră de înfăţişarea mea şi iau măsuri ori de câte ori			

	m-ar nemulţumi.			
25.	Îmi iau un anumit răgaz înainte de a mă hotărî să fac sex cu un nou partener.			
26.	Ştiu cum să fac un bărbat să se simtă inteligent şi important.			
27.	Faţa mea este simetrică. (O jumătate se potriveşte cu cealaltă.)	Nu	Destul	Da
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană				
Secţiunea a III-a		**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
28.	Fidelitatea faţă de partener este importantă pentru mine.			
29.	Am orgasme.			
30.	Am cel puţin un rând de lenjerie sexy.			
31.	Sunt creativă în ceea ce priveşte sexul şi am iniţiativă.			
32.	Am un raport între şolduri şi talie de 70%.			
33.	Cu palma orientată către voi, priviţi-vă degetul inelar. Este mai lung sau mai scurt decât arătătorul?	Mai scurt	La fel	Mai lung
34.	Arăţi mai tânără sau mai în vârstă faţă de vârsta reală?	Mai în vârstă	Potrivit	Mai tânără
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană				

Scor total			
Secţiunea I	**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană			
Înmulţiţi cu	1	2	3
Total — secţiunea I			

Secţiunea a Il-a	**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană			
Înmulţiţi cu	1	4	6
Total — secţiunea a Il-a			
Secţiunea a III-a	**Rar**	**Uneori**	**Adeseori**
Totalul bifărilor pentru fiecare coloană			
Înmulţiţi cu	1	6	9
Total — secţiunea a III-a			
Introduceţi totalul fiecărei secţiuni în parte pentru a vedea totalul general. Adunarea rezultatelor = totalul general = ratingul de cuplare.			

Punctajul şi rezultatele
Rezultatele bărbaţilor: 46—109
Rezultatele femeilor: 34—77

Acesta este grupul cu ratingul cel mai scăzut. Cu toate acestea, acest grup are cele mai mari şanse de a-şi spori ratingul de cuplare – singura cale este în sus, mai jos nu se poate! Cei mai slab cotaţi nu prea se preocupă de felul în care arată, de statutul lor, de abilitatea de a agonisi resurse, de sănătatea lor sau de sentimentul general de bunăstare personală.

Oamenii din această categorie îşi vor căuta parteneri tot din acest grup alături de care vor fi fericiţi în viaţă – potenţialii lor parteneri nu vor vedea nevoia de schimbare şi probabil că oricum nici nu vor citi această carte.

Cineva plasat mai bine în această categorie, aflat aproape de limita superioară, este mai probabil să citească această carte şi să fie gata de a-şi îmbunătăţi ratingul de cuplare, deoarece doreşte o schimbare în viaţa personală.

Cei ale căror punctaje se încadrează în această categorie au prilejul de a-şi spori ratingul de cuplare, îmbunătăţindu-şi acele zone unde ştiu că au punctat foarte puţin. Pot face un curs, pot citi cărţi în domeniu, pot merge la sala de gimnastică, pot lua parte la seminarii etc. Aceşti oameni au nevoie de mai multă încredere şi de încurajări pentru a se dezvolta şi abordând pe rând câte o zonă deficitară, îşi pot păstra vie atenţia şi pot face progrese.

Rezultatele bărbaţilor: 110—215

Rezultatele femeilor: 78—150

Cei aflaţi în această categorie pot avea tendinţa să alunece înainte sau înapoi. Pot cădea cât se poate de mult, dar prin muncă şi străduinţă se pot ridica foarte repede ajungând la rezultate mai bune. Cei mai mulţi oameni se încadrează în această categorie.

Mulţi vor fi foarte mulţumiţi să se afle aici, deoarece numeroşi parteneri posibili se află în această categorie. Este nevoie de eforturi susţinute pentru a trece la nivelul următor, dar dacă cei aflaţi aici îşi doresc asta, o pot face. Parteneri de mai bună calitate se găsesc la niveluri mai ridicate.

În cazul în care cineva din această categorie este nemulţumit de felul în care arată, poate angaja un antrenor personal, poate lua parte la seminarii, să citească diferite cărţi, să apeleze la serviciile unui stilist, să-şi îmbunătăţească sănătatea sau să se alăture unor cluburi şi asociaţii ale comunităţii locale; se poate angaja în proiecte locale, poate participa la programe de instruire, îşi poate angaja un mentor sau un *coach* personal. Eforturile în această direcţie se vor reflecta nu doar în viaţa personală, ci şi în cea profesională, ceea ce va duce la venituri sporite şi la un mai mare potenţial de succes.

Rezultatele bărbaţilor: 216—258

Rezultatele femeilor: 151—180

Oamenii din această categorie sunt încrezători, indivizi siguri de sine care obţin întotdeauna ceea ce vor. Ştiu ce-şi doresc de la viaţă şi reuşesc să obţină ceea ce

>) >)) >

caută. Rareori cineva din această categorie va ajunge la un nivel mai jos, asta în cazul în care nu intervine o criză majoră, dar chiar şi aşa nu va trece mult timp şi acea persoană va pune la cale o strategie de a ajunge din nou unde a fost cândva. Dacă membrii acestui grup au probleme, nu este nevoie să le spună cineva acest lucru; probabil că deja se iau măsuri pentru a le soluţiona. Aceşti oameni sunt plini de resurse. În această categorie intră vedetele de cinema, milionarii, liderii lumii, directorii executivi, oamenii de afaceri de succes şi cei mai doriţi parteneri.

Rezumat

Oriunde v-aţi afla din punct de vedere al ratingului de cuplare, ţineţi cont că nimic nu e bătut în cuie. Vă puteţi îmbunătăţi scorul acţionând proactiv şi impunându-vă noi obiective pentru a le spori altora interesul faţă de voi. Faptul că alţii sunt interesaţi de voi ţine mai degrabă de atitudinea voastră, de cum gândiţi şi de ceea ce faceţi cu voi înşivă şi cu viaţa voastră, decât de calităţile înnăscute. Dacă luaţi o hotărâre în acest sens puteţi ajunge la aproape orice nivel de interes şi vă veţi spori în mod simţitor numărul partenerilor de calitate care vor deveni disponibili. Numeroşi oameni sunt mulţumiţi să rămână exact acolo unde se află în momentul de faţă, dar amintiţi-vă că puteţi atrage un partener pe termen lung care are un rating de cuplare similar cu al vostru. Dacă, totuşi, veţi dori parteneri mai buni, recitiţi răspunsurile pe care le-aţi dat la teste şi veţi şti ce e de făcut în continuare.

Cum să găseşti un partener grozav

În 2009, populaţia globului era de 6 744 000 000 de locuitori, dintre care 50,5% bărbaţi şi 49,5% femei; dintre aceştia, 3 800 000 aveau vârste cuprinse între 18 şi 60 de ani. Presupunând că

80% dintre aceştia trăiesc în cele mai puţin dezvoltate ţări din Lumea a Treia, sunt în închisoare, au probleme mentale sau pur şi simplu nu sunt disponibili, rezultă că există 380 000 000 de oameni normali, de sex opus. S-a estimat că aproximativ o persoană de sex opus din 50 vi se potriveşte – asta înseamnă că există 7 600 000 de oameni care vă pot face inima să bată cu putere atunci când le vedeţi. Presupunând că numai o persoană din 5 are aceleaşi convingeri şi valori fundamentale cu voi, asta înseamnă că există cel puţin 1 520 000 de parteneri perfecţi care aşteaptă, pe undeva, să vă întâlnească.

Găsirea unui partener perfect seamănă întru câtva cu procesul de vânzări – e un joc al numerelor, şi cu cât cunoaşteţi mai mulţi candidaţi, cu atât este mai mare şansa de a găsi un muşteriu. În vânzări, un raport obişnuit pentru un produs cu o valoare de aproximativ 1 000 de dolari este de 5:4:3:1. Asta înseamnă că pentru fiecare:

5 persoane avute în vedere
4 vor fi dispuse să vă întâlnească
3 vă vor asculta prezentarea
1 va spune „Da!”

Cei mai buni agenţi de vânzări din lume nu-şi vor pierde timpul căutând acea persoană care ar fi dispusă să cumpere; ei caută în schimb grupuri de câte cinci persoane pe care să le abordeze. Atunci când folosiţi metoda „mediilor”, cumpărătorii nu vor întârzia să apară. Aşadar, succesul unui agent de vânzări va depinde de cât de frecvent abordează grupuri de câte cinci potenţiali cumpărători, nu de câţi cumpără de fapt. Şi astfel stau lucrurile şi în cazul celor care îşi caută un partener şi au succes în a-l găsi. Aceştia nu stau acasă aşteptând să fie descoperiţi; dimpotrivă, sunt activi şi întâlnesc cât mai multe persoane cu putinţă. Simplu spus, fiţi cât se poate de activi din punct de vedere social. După cum am demonstrat, există în lume peste 1 520 000 de potenţiali parteneri perfecţi, dar momentan aceştia nu ştiu de existenţa voastră. Trebuie să-i găsiţi.

Rareori veţi da peste domnul sau doamna Perfecţiune într-o cârciumă sau într-un club de noapte, deoarece acolo oamenii merg pentru aventuri trecătoare, nu

pentru a stabili relaţii pe termen lung.

Alegeţi ceva ce v-ar face plăcere să învăţaţi – de exemplu, *scuba-diving* – apoi alăturaţi-vă unui club de profil şi luaţi parte în fiecare weekend la şedinţe. Veţi învăţa ceva nou şi veţi cunoaşte o mulţime de oameni. Luaţi parte la un curs despre o temă care vă interesează de multă vreme, dar de studierea căreia nu v- aţi apucat niciodată temeinic. Puteţi învăţa să pictaţi, să dansaţi, să faceţi fotografii sau să vă familiarizaţi cu orice activitate pe care v-ar face plăcere să o experimentaţi. Veţi întâlni persoane cu care veţi putea stabili de îndată legături, deoarece aveţi lucruri în comun. Astfel, cresc şansele de a face cunoştinţă cu oameni care au aceleaşi convingeri şi valori fundamentale ca şi voi. De asemenea, vă veţi putea face prieteni de acelaşi sex, care pot fi excelenţi intermediari care să vă facă cunoştinţă cu prietenii sau prietenele lor fără partener.

Ca şi vânzările, găsirea unor parteneri este un joc al numerelor.

Nu vă alăturaţi niciodată unui club doar pentru a găsi un partener – dar nici nu vă limitaţi căutările. Ideea e să puneţi la cale un plan şi să vă ţineţi de el. Cu cât vă străduiţi mai mult să-l puneţi în aplicare, cu atât mai posibil va fi să găsiţi partenerul ideal.

Cum să vă schimbaţi pentru totdeauna viaţa amoroasă

În cele ce urmează vă vom cere să preluaţi controlul asupra vieţii voastre amoroase şi să nu mai permiteţi ca relaţiile să se petreacă numai accidental. Ceea ce urmează să citiţi vă poate schimba pentru totdeauna viaţa. Aţi pus vreodată pe hârtie o listă de obiective pe care credeaţi că aţi dori să le atingeţi? Probabil veţi răspunde afirmativ pentru viaţa profesională, pentru că afacerile nu pot supravieţui fără obiective scrise şi ţinte precise. Dacă aveţi notate anumite obiective, veţi şti că drumul către aceste obiective se materializează dintr-odată. Odată ce v-aţi hotărât să cumpăraţi un anumit tip de maşină – să spunem o berlină albastră de la Toyota – de îndată ce v-aţi decis

exact ce vă doriţi brusc începeţi să vedeţi în jur numai berline Toyota albastre, nu-i aşa? Iată cum merg lucrurile – puteţi urmări şi asimila numai 5% din ceea ce se petrece în preajma voastră, altminteri creierul vostru ar fi copleşit de prea multe informaţii şi nu ar mai putea face faţă. Astfel creierul vostru caută în mod activ numai lucruri care au legătură cu ceea ce vă preocupă, ignorând restul. Oricând vă hotărâţi să întreprindeţi un lucru sau să obţineţi ceva, imediat veţi începe să vedeţi informaţii despre acel lucru în ziare, la televizor, în reviste, sau veţi prinde frânturi relevante din discuţiile oamenilor. E ca şi când aţi citi o gazetă şi aţi fi în stare să juraţi că aţi citit-o din scoarţă-n scoarţă şi apoi vine cineva şi vă-ntreabă „Ai văzut povestea aia cu...?” şi nu vă puteţi aminti de aşa ceva. Vă întoarceţi la gazetă şi descoperiţi o întreagă pagină dedicată subiectului respectiv. Povestea nu făcea parte din lista priorităţilor voastre, astfel încât creierul vostru nu a observat-o.

Acum am dori de la voi să scrieţi o listă a însuşirilor şi calităţilor pe care partenerul perfect ar trebui să le aibă. Nu faceţi compromisuri. De ce să acceptaţi compromisuri dacă există peste un milion de parteneri extraordinari pe undeva prin lume, gata pentru voi? Trebuie, totuşi, să vă păstraţi realismul – nu are rost să notaţi că vi-i doriţi pe Brad Pitt sau Elle Macpherson, dacă nu sunteţi gata să faceţi pasul mai sus până la nivelul la care v-ar dori ei de parteneri. Unul dintre motivele care au condus la evoluţia dragostei este că acest sentiment ne ajută să îndrăgim pe cineva a cărui inteligenţă, atractivitate, statut şi rating general de cuplare se potrivesc alor noastre, şi asta ne împiedică să urmărim pe cineva imposibil de obţinut. Vă promitem că aceste lucruri – indiferent ce alegeţi să treceţi pe listă vor începe de îndată să apară în viaţa voastră şi să fie atrase de voi ca de un magnet. Tehnica aceasta nu dă greş.

Abordarea lui Robert

Ca exemplu, iată o listă pe care Robert, unul dintre cititorii noştri, a scris-o în cadrul unui seminar condus de noi:

Înaltă, ochi albaştri, păr blond
Atletică, subţire, în formă fizică bună

Are un simţ al umorului dezvoltat
Este îndrăzneaţă şi va împinge limitele tot mai departe
Nu este materialistă
Ar fi o mamă grijulie
Mă vă pune întotdeauna pe mine pe primul loc
Este foarte versată în dormitor

Pentru Robert, această femeie ar fi partenera perfectă. Robert s-a simţit oarecum stânjenit când a pus pe hârtie această listă, dar era pregătit să încerce. El obişnuise să scrie liste detaliate cu obiective de afaceri, dar niciodată pentru a descrie o parteneră de viaţă (acesta este şi motivul pentru care a mers de la o relaţie proastă la alta). Mai târziu, a recunoscut că după ce a completat această listă „perfectă" a început să vadă peste tot numai femei care se potriveau criteriilor lui, întocmai după cum le notase pentru a face portretul robot al femeii ideale – la fel cum s-a întâmplat şi cu acea Toyota albastră. A păstrat la el lista respectivă vreme de doi ani, în tot acest timp întâlnindu-se cu femei care se potriveau criteriilor enumerate. Ştim că dacă nu ar fi alcătuit lista respectivă în acea zi, probabil că n-ar fi dat niciodată peste blonda cu ochi albaştri alături de care are o căsnicie minunată de mai bine de şase ani.

„Mă aflam într-o cafenea, aşteptând la tejghea când a intrat Fiona, spuse el. Inima mi-a stat în loc când am zărit-o şi am simţit că încremenesc după ce am auzit-o vorbind. M-am scotocit în buzunar şi am scos lista. Ea era femeia la care făcusem referire! Ea şi-a luat apoi cafeaua şi s-a aşezat la o masă. Mi-am luat inima-n dinţi, m-am apropiat de ea şi i-am zis: «Te-ar deranja dacă ţi-aş ţine companie câteva minute? Aş dori să-ţi cer sfatul într-o privinţă.» Ea mi-a spus: «Cu plăcere!» şi aşa a început totul. Nu aveam habar ce să spun pentru că nu mai făcusem asta niciodată până atunci. I-am explicat că participasem la un seminar în cadrul căruia ni se ceruse să facem o listă cu trăsăturile partenerei ideale. I-am cerut să-şi dea cu părerea despre lista mea. Din fericire, am schimbat ultima trăsătură din listă din *versată în dormitor* în *experimentată în dormitor,* în caz că mi-aş fi întâlnit iubirea vieţii şi i-aş fi arătat lista. Fiona a fost atât uluită, cât şi flatată. Dacă nu aş fi scris

lista şi n-aş fi avut-o cu mine în acea zi, nu aş fi avut niciodată curajul să o abordez. Pur şi simplu Fiona ar fi păşit în viaţa mea, pentru a o părăsi în scurt timp!”

Mama spunea că-i foarte simplu să-ţi struneşti bărbatul... N-ai decât să faci curat în sufragerie ca o cameristă priceputǎ, să gǎteşti ca o bucătăreasă desăvârşită şi să teporţi ca o târfă în dormitor.

Jerry Hall

Dacă pe listă scrie că vă doriţi o persoană cu părul roşcat, ochii verzi şi pistrui, asta veţi începe să vedeţi prin preajmă. Ideea cu lista chiar funcţionează. Faceţi asta acum şi încetaţi să vă mai număraţi printre membrii clubului „celor îndrăgostiţi din întâmplare”. Dacă veţi întâlni accidental un partener minunat, foarte bine, dar nu lăsaţi hazardul să fie singurul plan relaţional.

Ce şi-a dorit Susan

O altă participantă, Susan, a întocmit lista următoare de calităţi şi însuşiri pe care ar fi trebuit să le aibă partenerul ei ideal:

Înalt
Subţire
Păr negru
Ochi căprui
Constituţie atletică
Iubeşte ieşirile în aer liber
Om de afaceri de succes
Iubeşte copiii
Adoră animalele
Nefumător
Romantic
Ambiţios

Susan a plasat această listă pe frigider, luând cu ea o alta, în poşetă. Se uita la ea destul de frecvent. Asemenea altor situaţii în care îţi fixezi o ţintă, ar trebui nu doar să pui pe hârtie obiectivele şi să le treci în revistă în mod constant, ci şi să le comunici prietenilor şi ei vor începe să vadă cum se ivesc asemenea persoane. Tehnica listei vă va scuti mult timp şi suferinţe amoroase pentru că veţi şti exact ce căutaţi, şi dacă cineva păşeşte în viaţa voastră şi nu se potriveşte listei, nu vă veţi pierde timpul cu persoana respectivă sperând că se va

schimba. Dacă o persoană are, să spunem, 70% dintre calităţile pe care le doriţi şi simţiţi că puteţi trăi fără celelalte pe care nu le are, atunci alocaţi ceva timp pentru a reuşi să cunoaşteţi mai bine persoana respectivă. Dar dacă nu are decât 20% din calităţile de pe listă, atunci mai bine o uitaţi şi mergeţi mai departe. Susan a recunoscut că după ce a scris lista, a fost uluită să constate cât de mulţi bărbaţi care corespundeau criteriilor ei aproape că dădeau buzna peste ea, în supermarketuri, la sala de gimnastică, la televizor sau aşteptând la semafor să traverseze strada. Creierul ei este programat să caute la un partener acele lucruri care sunt importante pentru ea. Acesta este motivul pentru care ideea funcţionează.

În lista voastră ar trebui notate cerinţele necesare de la un partener permanent. Dacă un potenţial partener nu corespunde majorităţii criteriilor notate, mai bine căutaţi altundeva.

Cum să jucaţi jocul numerelor cu lista voastră

Graham Steele, autorul cărţii *All the Best Ones Arent Taken,* era unul dintre experţii statisticilor şi jongleriilor cu numere în vânzări şi afaceri. Ajuns la vârsta de 50 de ani, singur, s-a hotărât să aplice formula numerelor în cazul a mii de site-uri de matrimoniale pentru a găsi partenerul ideal.

Rezultatele sale au fost atât de surprinzătoare, încât s-a hotărât să scrie o carte despre ce s-a întâmplat – şi a întâlnit-o astfel pe dragostea vieţii lui. În 2009, lam întrebat pe Graham cum a aplicat jocul numerelor pe piaţa potenţialilor parteneri şi iată ce ne-a răspuns: „Mai întâi, am scris o descriere amănunţită a persoanei pe care o căutam. Mai fusesem însurat, avusesem şi alte relaţii care nu au mers, aşa că m-am hotărât să-mi găsesc o parteneră perfectă şi să nu mă mulţumesc cu oricare alta.”

Despre partenera perfectă, iată ce a notat Graham pe listă:

Vârstă 25-45
Înfăţişare plăcută
În bună formă fizică şi sănătoasă
>
Grijulie, iubitoare şi atentă

Nefumătoare
Absolventă de universitate
Iubeşte muzica sau chiar cântă
Raţională şi culturalizată

„După ce am scris această listă, am scris apoi o descriere personală, încercând să fiu cât mai cinstit cu putinţă, fără să exagerez cu nimic. Apoi mi-am ales o fotografie potrivită şi am început să postez detalii pe site-urile matrimoniale din întreaga lume.

În foarte scurt timp nu mai pridideam să răspund tuturor mesajelor, dar atât timp cât speram să obţin rezultatul dorit, nu am pregetat s-o fac. Foarte repede am ajuns să petrec 60 de ore pe săptămână pe internet, timp de aproape trei ani, postând detalii, răspunzând la mesaje şi stând de vorbă pe calculator cu nenumărate femei. Am întâlnit mulţi ciudaţi, unii oameni cu adevărat săriţi de pe fix, dar m-am distrat de minune.”

Vă prezentăm în cele ce urmează un rezumat al lucrurilor pe care Graham le-a făcut:

1. A vizualizat peste 20 000 de fotografii şi descrieri pe site-urile matrimoniale.
2. A analizat cu atenţie în jur de 1 000 de fotografii şi descrieri complete ale unor femei. Asta înseamnă aproximativ 5% din totalul femeilor pe care le-a trecut în revistă.
3. Şi-a trimis fotografia şi descrierea acestor 1 000 de femei şi 30% dintre ele iau răspuns (cam 300).
4. Într-un email ulterior, le-a întrebat dacă îşi doresc copii – cele mai multe au răspuns pozitiv – vreo 285.
5. Apoi le-a răspuns acestor 285 de femei, introducând în scenă „factorul decisiv” – spunându-le clar că el nu avea de gând să mai aibă copii, având deja trei. Aproximativ 60% dintre ele au renunţat.
6. Astfel i-au rămas la dispoziţie aproximativ 100 de femei alături de care s-ar fi putut înfiripa o relaţie. Asta înseamnă 10% din totalul de 1 000 pe care le-a luat în calcul ca fiind partenere potenţiale.
7. Cu fiecare dintre aceste 100 de femei a ţinut legătura, comunicând şi schimbând informaţii prin conversaţii pe

internet, la telefon, sau prin emailuri. 38 dintre ele au acceptat să se întâlnească cu el şi relaţiile fie s-au consolidat, fie au fost abandonate.

8. Din aceste 100 de femei, a invitat 24 din ţări străine pentru a veni în vacanţă să-l cunoască (la Brisbane, Australia), cu condiţia ca ele să-şi plătească biletul de avion, iar el să achite toate celelalte cheltuieli; 16 au acceptat.
9. Cele care au acceptat erau, de asemenea, de acord cu ideea de sex premarital, astfel încât dacă era vorba de chimie la mijloc, ambele părţi ar fi putut evalua potenţialul de partener al celuilalt.
10. Femei au venit de pretutindeni (incluzându-le aici şi pe cele 16 sosite din alte ţări), şi în mare măsură s-au simţit foarte bine. Unele au ajuns virgine şi au plecat la fel – „alegerea mea”. Dacă nu apărea nicio chimie cu ele, era o pierdere de vreme.

„Dintre toate femeile pe care le-am întâlnit, Emma ieşea în evidenţă întru totul, chiar şi înainte de a o cunoaşte personal. Îmi amintesc perfect ziua în care Emma m-a contactat – era a doua zi de Paşti şi tocmai petrecusem opt ore studiind femei pe Match.com şi răspunzând la sute dintre ele *chiar în ziua respectivă.* În cele din urmă, trei femei din acel grup au acceptat să vină să mă cunoască în Brisbane, şi una dintre ele era foarte apropiată de idealul meu, mai puţin faptul că era cam îmbufnată şi părea că va fi mult de lucru cu ea pentru a o da pe brazdă. Dar Emma era absolut perfectă. De îndată ce a sosit în Australia, amândoi am simţit chimia care era în joc. Foarte curând ne-am logodit, iar în anul următor ne-am căsătorit. Asta se întâmpla cu nouă ani în urmă.” Când Graham a întâlnit-o pe Emma, el era un dezvoltator imobiliar de 50 de ani, chitarist şi cântăreţ. Emma era o chinezoaică de 29 de ani care avea o diplomă în contabilitate şi care se potrivea perfect listei întocmite de Graham. Ştia, de asemenea, să cânte la chitară şi de atunci s-a apucat şi de pian clasic. Atunci când i-am intervievat pe Graham şi Emma, erau împreună într-o căsnicie fericită de mai bine de nouă ani şi vorbeau despre ei ca fiind

perfect potriviţi pentru a-şi petrece împreună întreaga viaţă.

Am întrebat-o pe Emma cum se simţea la gândul că fusese rezultatul a ceea ce putea fi considerată de unii o relaţie rezultată în urma unei loterii. „Graham ma ales să-i fiu soţie din 20 000 de alte femei, spuse ea. Câte femei se mai pot lăuda cu aşa ceva? Nu am nicio îndoială că sunt pe primul loc în viaţa lui Graham.”

„Emma este femeia pe care mi-am dorit-o dintotdeauna, zise Graham. Cei mai mulţi oameni nu au o prea mare arie de selecţie din care să-şi aleagă parteneri – de aceea nu-şi pot permite să fie atât de pretenţioşi în alegere aşa cum am fost eu. Aveţi nevoie de o listă scrisă cu ceea ce vă doriţi şi apoi pur şi simplu lăsaţi numerele să-şi facă treaba.”

Jocul numerelor şi o listă alcătuită în prealabil chiar funcţionează şi apar rezultate. Ileana Cosânzeana şi cavalerul pe cal alb există numai în basme.

Graham Steele

Deşi abordarea lui Graham Steele li se poate părea exagerată unora, prin exemplul său el a demonstrat că atunci când ai o listă precisă, scrisă, a lucrurilor pe care le doreşti de la un partener şi când afirmi clar şi răspicat ce ai tu de oferit, jocul numerelor îşi va face treaba la fel de bine şi în dragoste ca şi în afaceri.

Pe cine ar trebui să evitati

Persoana pe care nu v-o doriţi sub nicio formă este una disperată, care resimte acut nevoia urgentă de a găsi un partener. Acesta era cazul generaţiilor trecute de oameni şi a funcţionat perfect, deoarece speranţa lor de viaţă era mult mai mică decât a noastră, aveau 6-12 copii şi erau preocupaţi, în principal, de supravieţuire, nu de satisfacerea reciprocă a nevoilor emoţionale. Există şi în ziua de azi oameni care îşi doresc un partener doar din pricina presiunilor externe care se răsfrâng asupra lor, precum aceea de a-şi mulţumi familia: „Am ajuns în acea etapă a vieţii...”, „Probabil că a sosit vremea

pentru mine să mă aşez la casa mea.”, „Nu voi da peste altcineva mai bun.”, „Dacă nu mă căsătoresc cu el/ea mă va părăsi.”, „Asta ar putea fi schimbarea în viaţă pe care o caut…”, „Trebuie să fac un copil până nu e prea târziu…” şi aşa mai departe. Cu siguranţă aţi mai auzit toate acestea.

De asemenea, nu doriţi să aveţi de-a face cu genul de persoană posesivă şi sâcâitoare, uşor de recunoscut prin aceea că trimit câte 20 de SMS-uri pentru a vă întreba unde vă aflaţi, care vă trimit cohorte de emailuri şi cadouri sau că spun că nu pot trăi fără voi, sau că se află într-o relaţie nepotrivită şi că vor să aibă o variantă de rezervă pentru a evada. Cu alte cuvinte, ar trebui să evitaţi pe oricine are de gând să vă facă pe *voi* responsabili pentru fericirea lor. Şi aşa este destul de dificil să-ţi vezi de fericirea ta, fără a mai lua asupra ta şi problemele altora.

Astfel de oameni vă vor face toate promisiunile cuvenite pentru a vă convinge că a fi împreună este spre binele vostru. Se aseamănă cu persoanele care cumpără superaparatul de tonifiere abdominală pe care l-au văzut cu o seară înainte în cadrul unui program de *teleshopping* – şi în adâncul sufletului ştiu că e o pierdere de vreme şi de bani şi că foarte curând dispozitivul respectiv va ajunge să fie dosit sub pat.

Amintiţi-vă că nicio relaţie nu este veşnică – cele mai multe vor fi amuzante şi vor constitui o etapă intermediară către lucruri mai bune, de mai mare amploare. Priviţi relaţiile din acest punct de vedere şi nu mai căutaţi perfecţiunea la fiecare dintre ele. Priviţi fiecare întâlnire pe care o aveţi drept ceva amuzant, vedeţi în ele relaţii pe termen scurt care pot sau nu rezista pe termen lung.

Indicii despre domnul sau doamna Nepotrivit(ă)

În ansamblu, bărbaţii iubesc corpurile femeilor de orice forme sau mărimi, în vreme ce pentru femei trupurile bărbaţilor nu constituie una dintre cele mai acute priorităţi în cazul unui potenţial partener. Oricine şi-ar dori să arătaţi precum oamenii de pe copertele revistelor *Glamour Magazine* sau *Mens Health* nu

vă vor dori pe termen lung pentru ceea ce sunteţi cu adevărat. Acestea sunt, de obicei, persoane nesigure care au nevoie să poarte o geantă pe mână în public în care să-şi înghesuie propriile nesiguranţe şi lipsa respectului de sine. Totul se-nvârte în jurul lor, nu şi al vostru. Numai un procent foarte mic de oameni pot avea nota zece din zece în ceea ce priveşte ratingul de cuplare de care am vorbit şi aceştia sunt atraşi de alţii cu un rating similar. Cei mai mulţi dintre noi nu suntem tocmai perfecţi şi astfel partenerul nostru ideal are la rândul său propriile imperfecţiuni. De aceea, ne implicăm în relaţii pe termen lung şi suntem atraşi de aceia care au acelaşi rating de cuplare cu noi. Dacă, să spunem, cineva are un rating de şapte din zece, se va simţi atras de cineva tot de şapte. Se prea poate să admire sau să tânjească după altcineva de nota zece, dar, în cele din urmă, se va mulţumi cu cineva care are acelaşi punctaj. Faptul că partenerii au defecte ca şi noi îi face să pară mai reali şi mai umani. După etapa apropierii reciproce, vă vor iubi mai mult tocmai din pricina acestor mici neajunsuri. Aşa funcţionează relaţiile pe termen lung. De aceea, persoana care îţi găseşte mereu cusururi sau îţi caută nod în papură nu ajunge în etapa ataşamentului şi *nu* e potrivită pentru voi.

Când chimia dă greş

Bella s-a alăturat unui nou club de tenis şi era foarte amuzant să se afle printre oamenii pe care i-a întâlnit. Unul dintre cele mai mari puncte de atracţie de la acel club era un tip drăguţ pe nume Sam. Era sufletul petrecerilor, iar Bella şi-a petrecut foarte mult timp încercând să-l cunoască mai bine. I s-a părut că bărbatul era cu picioarele pe pământ şi că ei doi aveau multe lucruri în comun. Aveau aceleaşi convingeri filozofice şi spirituale, amândoi preferau un stil de viaţă plin de energie, comunicarea dintre ei era excelentă, amândoi aveau cariere de succes, se descurcau foarte bine cu banii, amândoi îşi doreau copii până la vârsta de 30 de ani. Plus că el era foarte chipeş, iar Bella se dădea în vânt după zâmbetul lui.

Ştia că şi Sam este atras de ea tot atât de mult pe cât era şi ea atrasă de el, dar el nu a invitat-o niciodată la o întâlnire — mereu erau alţi oameni prin preajmă. S-a hotărât ca de Ziua Sfântului Valentin să îl invite ea pe el. L-a întrebat, iar el a acceptat cu entuziasm. Aşa că ea a făcut rezervare la un restaurant, şi-a cumpărat îmbrăcăminte nouă şi era cât se poate de incitată la gândul că, în sfârşit, relaţia mergea mai departe la nivelul următor.

Ziua Sfântului Valentin a fost minunată, iar cina — cât se poate de romantică. Restaurantul închidea la miezul nopţii, dar niciunul dintre ei nu şi-ar fi dorit ca acea

noapte să se sfârşească. Sam sugeră să meargă împreună la o cafea, la el acasă — Bella a fost de acord Aşezaţi pe canapeaua din apartamentul lui, a luat-o pe Bella în braţe şi a început să o sărute pătimaş. Dar Bella nu simţea nimic. Niciun strop de chimie. Nicio reacţie. Parcă ar fi sărutat un calmar. Bella s-a hotărât atunci că era timpul să plece. Pe drum spre casă, Bella şi-a dat seama că Sam era tot ce şi-ar fi putut dori mai mult de la un bărbat, dar între ei pur şi simplu nu era nicio chimie. Nimic. Se simţea întristată, deoarece credea că Sam ar fi putut fi bărbatul vieţii ei, dar pur şi simplu n-a fost să fie. Au rămas prieteni, dar nu au mai ieşit niciodată împreună.

Dacă nu există chimie faţă de cineva, relaţia voastră va fi întotdeauna una logică şi raţională. Capacitatea de a produce o reacţie chimică este cea care susţine pe termen lung pasiunea şi dorinţa. Există două tipuri de reacţii chimice: naturale şi artificiale. Pasiunea naturală survine atunci când factori adânc înrădăcinaţi în mintea noastră intră în joc, factori precum diferenţele între sistemele imunitate, feromonii, criteriile după care ne alcătuim harta personală a dragostei. Pasiunea susţinută apare atunci când ambii parteneri se străduiesc să creeze un mediu propice pentru ca dragostea să înflorească.

Regula celor nouă procente

Psihologii evoluţionişti Peter Todd de la Universitatea din Indiana şi Geoffrey Miller (autorul volumului *Mating Mind)* de la Universitatea din New Mexico au folosit o simulare pe calculator pentru a afla matematic cum alege cineva un partener dintr-o mulţime de 100 de oameni, să spunem, adunaţi la o petrecere. Cei doi au descoperit că după ce vom fi analizat 9 posibilităţi din cele 100, deja vom şti cam care ne sunt aspiraţiile. Asta înseamnă că la o petrecere la care iau parte 100 de posibili parteneri, sunteţi nevoiţi să analizaţi cu atenţie numai primele 9 persoane care vă ies la întâmplare în cale şi veţi şi alege. Dacă analizaţi mai puţin de 9% dintre opţiuni, înseamnă că nu veţi avea la dispoziţie suficiente informaţii pentru a face o alegere bună; analizând mai mult de atât, vă veţi spori şansele de a lua o decizie corectă. Din acest fascinant experiment reiese un mesaj limpede – dacă nu aveţi tot timpul din lume la dispoziţie, nu căutaţi la întâmplare pentru a alege un partener, pentru că fie se va isprăvi timpul, fie partenerii posibili. După ce veţi fi luat în calcul 9% din oportunităţi, sunteţi gata să luaţi o decizie.

Rezumat

Este nevoie de cel puţin un an de zile şi de două-trei certuri mai serioase pentru a-ţi da seama cum este cu adevărat cineva. Găsirea unui partener potrivit este un proces logic care ar trebui abordat întocmai la fel ca atunci când angajaţi pe cineva să vă coordoneze afacerile. Niciodată să nu vă luaţi angajamentul faţă de cineva atunci când vă aflaţi la începutul unei relaţii pentru că sunteţi îndrăgostiţi nebuneşte – şi foarte probabil cei care au cuvântul sunt hormonii din voi. În cele din urmă, hormonii se potolesc şi când se-ntâmplă asta rămâneţi în faţa adevărului crud şi rece – este sau nu potrivită persoana de lângă voi pentru a vă fi partener o viaţă întreagă? Nu ar fi mai bine să faceţi o asemenea evaluare *înainte* ca o nouă relaţie să avanseze mult prea mult?

E viaţa voastră şi sunteţi răspunzători pentru ea. Un mit grozav spune că „Dragostea adevărată se va ivi de unde nici nu te-aştepţi şi fără s-o cauţi.” Acest clişeu învechit cu siguranţă vă va împiedica să acţionaţi pozitiv în ceea ce priveşte viaţa voastră amoroasă, aşa că mai bine uitaţi-l. Scrieţi o listă a calităţilor minime pe care le doriţi de la un partener şi ţineţi-vă de ea. Nu vă aruncaţi cu capul înainte, angajându-vă faţă de cineva alături de care abia aţi început o relaţie, şi nu vă mulţumiţi cu a doua opţiune – de asemenea, nici nu îngăduiţi să vă plaseze cineva pe locul al doilea. Dacă simţiţi că o persoană are acel ceva în stare să vă facă viaţa mai uşoară şi mai amuzantă, încurajaţi relaţia respectivă. Dacă ingredientele acestea lipsesc, şi totuşi, vă simţiţi bine, continuaţi relaţia până când plăcerea se domoleşte şi apoi mergeţi mai departe şi căutaţi o alta. Niciodată însă nu vă folosiţi de cineva drept un stadiu intermediar până când „persoana potrivită va apărea în peisaj” – o asemenea abordare duce mai mult la durere decât la plăcere, vă împiedică să vă concentraţi asupra a ceea ce doriţi cu adevărat şi reprezintă un abuz faţă de cealaltă persoană.

Scrieţi o listă amănunţită cu exact acele lucruri pe care le căutaţi la un partener ideal şi apoi deveniţi cât mai activi din

punct de vedere social pentru a cunoaşte cât mai mulţi oameni cu putinţă. Jucaţi jocul numerelor. De ce să vă mulţumiţi cu puţin când chiar în acest moment există în lume aproximativ 1 520 000 de parteneri perfecţi pentru voi? Dar trebuie să deveniţi activi şi să ieşiţi în lume printre ei. Nu aşteptaţi să vă descopere alţii.

Veţi fi nevoiţi să sărutaţi nenumărate broaşte până veţi da peste prinţul sau prinţesa vieţii voastre. Trebuie să acţionaţi cu consecvenţă şi să vă urmăriţi visul şi pentru asta este nevoie de muncă din greu. Începeţi chiar acum – aşterneţi pe hârtie lista personală.

Mulţi cred că undeva există un partener perfect pentru ei, care îi aşteaptă. Adevărul este că pentru fiecare dintre noi există peste 1 520 000 de parteneri perfecţi.

- **Aflaţi care este ratingul vostru de cuplare şi căutaţi parteneri cu acelaşi rating de cuplare ca şi voi.**
- **Angajaţi-vă să găsiţi persoana potrivită – scrieţi o listă şi ţineţi-vă de ea.**
- **Dacă nu este potrivită chimia, mergeţi mai departe.**
- **Nu renunţaţi! Există pe acolo, pe undeva, numeroase persoane perfecte pentru voi.**

CAPITOLUL 8
15 mistere despre bărbaţi pe care femeile nu le înţeleg

Informaţiile cuprinse în următoarele două capitole vizează bărbaţii şi femeile, impulsurile, dorinţele şi obsesiile lor. Probabil că pe cititoarele femei le vor surprinde, şoca sau poate chiar înfuria anumite detalii despre bărbaţi. Este important să înţelegeţi că vorbim pe şleau despre aceste lucruri, fără a le încerca să le ambalăm într-o formă plăcută, corectă politic sau pe care şi-ar dori cineva să o audă. Atunci când aveţi o înţelegere apropiată de realitate a acestor lucruri, traiul alături de un reprezentant al sexului opus devine mai simplu şi mai uşor.

Sunt multe lucruri care îi irită, îi nemulţumesc sau chiar îi supără de-a binelea pe bărbaţi la femei, dar în capul listei se află sexul. Bărbaţii vor sex oricând se poate, de cele mai multe ori întotdeauna. Există nenumărate statistici care demonstrează că un bărbat de 40 de ani se gândeşte la sex o dată la 4 minute, în vreme ce unul de 18 ani o face o dată la 11 secunde. Cercetătorii de la Institutul Kinsey din cadrul Universităţii din Indiana afirmă că 54% dintre bărbaţi se gândesc zilnic la sex,

43% o fac de câteva ori pe săptămână sau pe lună, iar 4% o dată pe lună sau chiar mai rar. Pe de altă parte, despre femei se crede că se gândesc numai rareori la sex – şi atunci numai când nu au nimic altceva la care să se gândească.

Sexul adeseori reprezintă originea tensiunii care se iveşte între bărbaţi şi femei, atât în cadrul relaţiilor, cât şi în afara lor. Toate cercetările au evidenţiat faptul că sexul este singurul factor major care intervine în cuplurile care au probleme, fie că este vorba de niveluri diferite de dorinţă, fie de o lipsă de sincronizare a dorinţei între parteneri, fie de faptul că unul dintre membrii cuplului pur şi simplu nu prea se mai dă în vânt după celălalt. Când vine vorba de plângeri cu privire la sex, bărbaţii de obicei spun că e prea puţin, în vreme ce femeile pretind că e prea mult. Întrebarea este dacă lipsa sexului duce la o relaţie proastă, sau o relaţie proastă conduce la mai puţin sex? Răspunsul: ambele variante.

E rezonabil să presupunem că instinctele erotice ale bărbaţilor rămân constante, indiferent de generaţie, iar negarea acestui fapt înseamnă că formele de manifestare ale acestor instincte pun presiune pe relaţii. Dacă strângem cu putere un balon, nu înseamnă că eliminăm tot aerul; efectul este că acelaşi volum de gaz se deplasează către o altă zonă, schimbând forma balonului.

1.De ce se trezesc dimineaţa bărbaţii având erecţie

9 9 9

Orice femeie care a avut vreodată o relaţie amoroasă cu un bărbat ştie că nu are nevoie de un ceas deşteptător pentru a se trezi dimineaţa – în schimb, pe măsură ce soarele se ridică pe cer, la fel se întâmplă şi cu penisul lui, iar ea va simţi că o înghionteşte în spate. Acest lucru are două cauze. În primul rând, nivelul testosteronului la un bărbat este cel mai înalt la răsărit, chiar înainte de a se pregăti să plece pentru o nouă zi de vânătoare şi este cel mai coborât la apus. Natura îi asigură posibilitatea de a-şi mai trece încă o dată genele mai departe înainte de a porni într-o nouă aventură – din care poate că nu se

va mai întoarce. În al doilea rând, nervii erectili care fac astfel încât penisul să ia poziţie de drepţi sunt localizaţi în jurul prostatei, care se află imediat sub vezica urinară. O vezică urinară plină apasă asupra acestor nervi care astfel provoacă erecţia penisului. Deoarece un bărbat nu este stârnit dimineaţa nici psihologic, nici vizual, cel mai bun lucru la care se poate aştepta o femeie în zori este o partidă de sex foarte rapidă – Mama Natură desăvârşindu-şi astfel sarcina matinală.

Bob se trezi pe la 6 dimineaţa simţind cum nevasta îl împungea în spate cu o coadă de mătură. „ Ce se petrece?" întrebă el. Ea îi răspunse: „ Uite, să vezi şi tu cum e!"

2. De ce pentru bărbaţi sexul poate fi sex şi atât

Profesorii Raquel şi Ruben Gur de la Şcoala de Medicină din cadrul Universităţii din Pennsylvania, pionieri ai radiografierii prin rezonanţă magnetică, au arătat cum comisura anterioară, care face legătura dintre emisfera stângă şi cea dreaptă a creierului, este cu 12% mai mică la bărbaţi decât la femei, iar corpul calos – cel care permite schimbul de informaţii între emisferele cerebrale – are cu 30% mai puţine legături la bărbaţi decât la femei. Aceste diferenţe explică de ce bărbaţii sunt mai buni atunci când lucrează la un singur lucru, pe rând. Imaginaţi-vă că mintea unui bărbat arată ca un fagure de miere cu mici încăperi, fiecare depozitând o anumită abilitate care funcţionează independent de celelalte. Astfel bărbaţii dobândesc capacitatea de a face întotdeauna „câte un lucru pe rând" şi de aceea se pot concentra mai intens asupra sarcinilor unice decât femeile. Având un astfel de creier „unidimensional", bărbaţii se pot concentra *fie* asupra sexului, *fie* asupra dragostei. Sexul poate fi sex şi atât, iar dragostea-i dragoste – şi din când în când cele două se petrec împreună. Acest fapt le permite bărbaţilor să facă un lucru de neînţeles pentru femei: să facă sex cu femei pe care nu le plac.

E grozav să fii bărbat, pentru că asta nu te împiedică să faci sex extraordinar cu femei care nici măcar nu-ţi sunt pe plac.

Pentru un bărbat, sexul poate fi sex şi atât, iar apoi să uite complet experienţa. Nu are nevoie să-şi reamintească nimic, nici să discute despre asta, mai puţin dacă nu cumva se făleşte în faţa prietenilor lui. Când un bărbat şi-a înşelat partenera, iar aceasta îl întreabă de ce a făcut-o, iar el răspunde că „A fost numai sex”, probabil că spune adevărul. Creierele bărbaţilor pot compartimenta activităţile, categorisind sexul la fel ca orice alt lucru, precum bărbieritul, de exemplu – după ce te-ai bărbierit o dată nu te mai gândeşti la asta până data viitoare. Dar pentru o femeie un răspuns de genul „A fost numai sex” nu este credibil. Pentru ea, dragostea şi sexul se aprind reciproc la nivelul creierului şi fiecare este urmarea firească a celuilalt.

Pentru o femeie, sexul este rareori doar sex – trebuie să existe un sentiment de vreun fel la mijloc. Dacă nu există, atunci probabil că ea se foloseşte de sex pentru a-şi spori stima de sine. Chiar şi în cazul în care o femeie resimte nevoia de a avea parte de plăceri trupeşti, ea tot va căuta un bărbat care pare măcar cât de cât potrivit cu lista ei de potenţiali parteneri. Nu aşa stau lucrurile cu un bărbat – când îl apucă dorinţa amoroasă, acesta nu are nevoie decât de ceva cu o gaură-n mijloc. Pentru bărbaţi, nu este neapărat nevoie ca dragostea şi sexul să se petreacă împreună.

În adâncul minţii lor, cele mai multe dintre femei par să înţeleagă această realitate, şi totuşi, se enervează când comportamente ale bărbaţilor de tipul „sex-şi-atât” ies la iveală: aruncă ocheade altor femei, citesc cataloage de lenjerie, privesc producţii pornografice; atunci femeile se plâng că el „nu vrea de la mine decât sex” sau are pretenţii „deşucheate”.

Bărbaţii nu pot face dragoste şi vorbi în acelaşi timp. Aşadar, doamnelor, vă rugăm, fără pălăvrăgeală.

---

3. Încăperea „nimicului”

După cum am afirmat deja, creierul bărbatului se aseamănă cu un fagure de miere cu mai multe încăperi, iar fiecare dintre

aceste încăperi are propria sa funcţie specială. Într-o încăpere se află abilităţile spaţiale, în alta funcţia vorbirii, într-alta dragostea şi tot aşa. Dar majoritatea bărbaţilor au o încăpere pe care numeroase femei nu o au şi nu o înţeleg – i se spune „Încăperea nimicului”. Numele descrie perfect ce se petrece aici – nimic. Nu doar că este goală, dar se şi numără printre încăperile favorite ale bărbaţilor. Acesta este locul în care se refugiază mintea unui bărbat atunci când se duce la pescuit, se uită la televizor sau pur şi simplu stă în fotoliu cu o figură împietrită. „Încăperea nimicului” are un scop precis – acela de a regenera energia mentală. Un bărbat are nevoie de cinci-şase vizite scurte în fiecare zi în această încăpere pentru a-şi recăpăta energia. Femeile nu au această nevoie cerebrală, astfel încât atunci când un bărbat traversează această stare, ea-l întreabă „La ce te gândeşti?” Atunci când el va răspunde sincer, „La nimic”, femeia va vedea în asta o minciună, fiind convinsă că el îi ascunde lucruri. El credea că îşi va limpezi mintea vreo zece minute şi când colo se pomeneşte în mijlocul unei răfuieli despre „gânditul la nimic”. Când un bărbat afirmă că nu se gândeşte la nimic, de obicei chiar aşa stau lucrurile. În acele momente nici nu aude nimic, aşa că nu discutaţi ceva important cu el – mai bine scrieţi-i un bilet.

4. De ce sunt bărbaţii obsedaţi de sânii femeilor

Femeile de pretutindeni sunt uluite de obsesia pe care o au bărbaţii cu privire la sâni. Operaţiile de mărire de sâni se numără printre cele mai frecvente la ora actuală şi acest lucru arată cât de departe sunt dispuse femeile să meargă pentru a atrage atenţia bărbaţilor.

Numai femelele umane au funduri şi sâni. Restul femelelor de primate au glandele mamare în interiorul pieptului şi sfârcuri foarte lungi pentru a hrăni puiul. Mare parte din ţesutul de la nivelul sânilor unei femei o constituie grăsimea, ceea ce aparent nu are niciun scop – sau are? Asemenea majorităţii mamiferelor, cândva masculii umani se împreunau cu femelele pe la spate,

formele pline ale fundurilor acestora acţionând ca un soi de semnal pentru acuplare. Acum că oamenii sunt bipezi şi stau faţă-n faţă, semnalul pe care pe vremuri femelele îl transmiteau prin formele posteriorului s-a mutat pe piept, sânii mimând formele rotunjite ale feselor pentru a-i atrage pe masculi. Poate că nu sunt conştienţi de asta, dar din această pricină femeile poartă sutiene cu *push-up* sau îşi fac operaţii estetice pentru a-şi mări pieptul. În cartea *tte Definitive Book ofBody Language* am prezentat cum am condus o serie de teste fotografice în cadrul cărora bărbaţilor li s-a cerut să facă diferenţa între curbura feselor şi curbura sânilor – niciunul nu a fost în stare să facă această deosebire, dar cu toţii au găsit că imaginile acelor curburi erau foarte incitante.

Aşadar, doamnelor, ar trebui să-i încurajaţi pe bărbaţi să se holbeze la sâni? Nu, nu este cazul. Bărbatul nu are nevoie de încurajări. Se uită oricum.

5. De ce bărbaţii nu le vor spune femeilor adevărul în privinţa sexului

Pentru a evita conflictele, cei mai mulţi dintre bărbaţi le spun femeilor exact ceea ce vor ele să audă. Pe măsură ce aceştia înaintează în vârstă şi sunt mai experimentaţi, le este tot mai uşor să le mintă pe femei cu privire la dragoste şi sex. Nu e vorba de faptul că bărbaţii ar vrea să mintă, ci că adeseori femeile sunt nefericite dacă aud adevărul atunci când pun o întrebare. Deşi cei mai mulţi dintre bărbaţi vor nega acest fapt, au ajuns să se priceapă foarte bine la a le minţi pe femei, iar doamnele îi încurajează să intre în acest joc. Din punctul de vedere al unui bărbat, o minciună nevinovată, un adevăr rostit pe jumătate sau o replică credibilă, de pildă, aceea că partenera este singura femeie din lume cu care şi-ar dori să facă sex, reprezintă de obicei o opţiune sigură care îi va garanta că nu va fi expediat să doarmă singur pe canapea în sufragerie. Totuşi, când o altă femeie trece pe lângă el cu sânii la vedere, creierul unui bărbat este astfel construit încât să accepte stimulul vizual, secretând dopamină care generează o temporară stare de bine.

Corpul lui este construit în mod special pentru un asemenea gen de reacţie şi asta nu are nimic de-a face cu sentimentele lui sau cu dragostea pe care i-o poartă partenerei. Când partenera îl acuză că trage cu ochiul, de cele mai multe ori prima lui reacţie este de a minţi şi de a nega. „Draga mea, nu mă uitam”, „Eşti mult mai atrăgătoare decât ea”, „De ce m-aş uita la una ca aia când te am pe tine?” şi tot aşa – aţi mai auzit placa asta. Când o femeie continuă cu acuzele pe acest drum, îl obligă pe bărbat să mintă pentru a evita consecinţele negative care s-ar putea abate asupra lui şi pentru a-i proteja ei sentimentele.

„Nu mă uitam, dragă, la sânii ei, doar îmi obturau privirea!”

Interesant este că studiile despre minciuni şi înşelătorii pe care le-am adus în discuţie în volumul *El e cu minciuna, ea vorbeşte-ntruna* arată că trei din patru femei recunosc că au minţit bărbaţi pentru a obţine diferite avantaje. În timp ce 73% dintre femei afirmă că au flirtat cu un bărbat sau i-au dat acestuia de înţeles că s-ar putea să-i ofere favoruri sexuale în schimbul unor beneficii, numai jumătate dintre bărbaţi au recunoscut că şi-au dat seama de minciunile cu care erau „îmbrobodiţi”. În schimb, 71% dintre bărbaţi recunosc că au minţit o femeie pentru a face sex cu ea, de pildă, exagerând cu laudele despre cât de importantă este o femeie în viaţa lor, sau spunând „Iubesc...” când lucrurile nu stau aşa – dar 97% dintre femei recunosc că au fost conştiente că li se vindeau gogoşi.

Dacă o femeie îl încurajează pe un bărbat să mintă cu privire la lucruri mărunte, foarte curând acesta va începe să mintă şi cu privire la alte chestiuni, mai importante. Şi fie că admit asta sau nu, femeile se simt mai sigure când

bărbaţii le mint cu privire la sex. Bărbaţii au învăţat foarte repede că dacă ridică în slăvi valoarea unei femei, ea va rămâne mai multă vreme prin preajmă şi va fi loială.

Cele mai mari zece minciuni despre dragoste şi sex pe care bărbaţii le spun femeilor Următoarele minciuni sunt folosite de bărbaţii de pretutindeni şi sunt spuse femeilor atunci când consecinţele recunoaşterii adevărului ar fi prea grave. Dintre femeile pe care le-am rugat să comenteze aceste minciuni, 75% au afirmat că bărbatul lor nu a rostit niciodată aşa ceva, şi totuşi, 85% dintre bărbaţi recunosc că au rostit măcar una dintre aceste minciuni la un moment dat, într-o relaţie trecută.

1. **„Nu te-aş înşela niciodată.”** Dacă Beyoncé i s-ar arunca goală la picioare, cu siguranţă că şi-ar revizui opiniile. Nu înseamnă că ar şi face-o, ci doar că ar lua în calcul posibilitatea, iar cercetările arată că jumătate dintre bărbaţi ar trece la acţiune. Negarea este o opţiune sigură, deoarece oricum asemenea ocazii se ivesc rareori.
2. **„Nu m-aş duce niciodată/nu am fost niciodată la un club de striptease.”** Dat fiind că asupra bărbaţilor planează numeroase mijloace de control, care au la origine atât femeile, cât şi societatea, ei cu siguranţă nu ar recunoaşte un asemenea lucru. Şi da, bărbaţilor le-ar face plăcere să facă sex cu acele stripteuze.
3. **„Nu-mi plac chestiile de genul ăsta.”** Bărbaţii folosesc această minciună drept răspuns la repulsia unei femei faţă de anumite comportamente sexuale mai deşucheate pe care ea le-a văzut la televizor, sau la întrebarea privind ce- şi doreşte el de la sex. Realitatea este că lui i-ar plăcea la nebunie să încerce acele lucruri.
4. **„Niciodată nu mi-a trecut prin cap să mă culc cu prietenele tale.”** Nuuu, şi mai ales nu cu aceea cu un corp atletic şi sâni mari. Mereu se gândeşte la asta, chiar şi cu prietenele voastre mai urâte. Nu înseamnă că o va şi face, înseamnă doar că se gândeşte la asta, fie că vă place sau nu.
5. **„Nu mă interesează pornografia.”** Da, cum să nu. Aşadar, este singurul bărbat de pe faţa pământului care nu a accesat niciodată industria de multe miliarde de dolari care este pornografia pe internet. Se estimează că 68% dintre paginile web accesate sunt ale unor site-uri porno, şi totuşi, el nu a văzut niciodată unul? Mai lesne e să crezi în Moş Crăciun decât într-o asemenea gogoriţă...
6. **„Nu mi-am închipuit niciodată cum mi-ar face puicuţa aia de la recepţie un sex oral.”** Ei bine, nu de când a văzut-o ultima oară. Faptul că voi o numiţi „pipiţă ieftină” nu face altceva decât să o facă şi mai atrăgătoare în ochii lui, deoarece e mai probabil să facă sex cu el.

7. **„Aş renunţa cu dragă inimă la viaţa mea pentru tine.”** Nu, nu ar face-o, dar în schimbul unor partide constante de sex, ceva îngrijire mămoasă, mâncare gătită şi o casă curată, plus bătăi de cap minime, ar accepta până la o viitoare notificare.
8. **„Nu mă gândesc cum aş face sex cu fiecare femeie care-mi iese-n cale.”** Nu doar că în mintea lui le dezbracă pe toate femeile pe care le întâlneşte, ci îşi mai închipuie şi întregul repertoriu de poziţii pe care le-ar încerca cu ele şi uneori se gândeşte la el chiar când face sex cu tine. Cu siguranţa va nega afirmaţia asta.
9. **„Nu te-aş minţi niciodată.”** Îţi va spune orice este necesar pentru a evita lacrimile şi conflictele cu tine. Dacă îl prinzi cu mâţa-n sac, îţi va spune că a fost nevoit să te mintă pentru că nu ai fi suportat să auzi adevărul.
10. **„Nu mă uitam la sânii ei.**” Cu siguranţă se uita la ei, dar minte pentru că nu vrea să aibă de-a face cu tine. Femeile nu îndură adevărul, vă amintiţi?

Bărbaţii ar dori să le spună femeilor adevărul gol-goluţ cu privire la sex, dar nu vor să înfrunte consecinţele pe care le-ar stârni dacă ar proceda astfel.

Orice femeie care-i citeşte unui bărbat minciunile de mai sus în mod obişnuit va auzi din partea acestuia un singur răspuns: „Nu! Nu-i adevărat în cazul meu! Autorii s-au înşelat în privinţa mea.” Nu... ne-am făcut temele şi am întreprins cercetări, ca să nu mai spunem că unul dintre noi (dintre autori) este bărbat. Cei mai mulţi dintre bărbaţi ar recunoaşte adevărul despre aceste minciuni, ba chiar ar spune glume despre ele prietenilor, dar nu ar sufla o vorbă femeilor de la care ar putea obţine vreun beneficiu.

Pe scurt, majoritatea bărbaţilor vor face şi vor spune tot ce este necesar pentru a le face fericite pe femei, pentru a fi siguri că sunt relaxate şi pentru a avea parte de mai mult sex. Vor oferi din plin şarm, sinceritate, complimente, atenţie, bunătate şi momente romantice pentru a capta atenţia unei femei şi pentru

a o prinde în laţ. Această însuşire masculină poate fi văzută de femei drept o formă de nesinceritate, de conspiraţie şi de manipulare, dar bărbaţii văd în asta un soi de autoapărare. Nu e nimic bun sau rău aici – pur şi simplu aşa merg lucrurile, aşa că mai bine acceptaţi realitatea şi trăiţi mai departe alături de bărbaţi tolerându-le aceste comportamente. Ideea principală care se desprinde de aici este că o relaţie se bazează întotdeauna pe schimbul de bunuri şi servicii.

6. De ce iubesc bărbaţii femeile cu forme rotunjite

Imaginea de „clepsidră” a fost în centrul atenţiei artiştilor de mii de ani şi ceea ce contează de fapt sunt liniile şi formele rotunjite ale femeii şi nu greutatea ei sau conţinutul de grăsime corporală.

La pubertate, o creştere a nivelurilor de estrogen duce la acumularea de ţesut adipos pe şolduri şi în partea superioară a coapselor la fete, acesta urmând a reprezenta o sursă de hrană în cazul în care ar apărea momente dificile sau pentru a alăpta. Realizând o serie de 12 teste, psihologul Devendra Singh a descoperit că un raport dintre şolduri şi talie cuprins între 0,67 şi 0,8 e un indicator precis al capacităţii de reproducere a unei femei şi este, prin urmare, raportul cel mai atrăgător pentru bărbaţi. Acest procent înseamnă că talia unei femei măsoară 70% din cât măsoară şoldurile ei. În aceste studii, Singh a evaluat cât de atrăgătoare erau anumite imagini de femei pentru bărbaţi şi s-a descoperit că, indubitabil, raportul de 0,7 era cel mai atrăgător, indiferent cât de multă grăsime corporală avea o femeie. Cu alte cuvinte, chiar dacă o femeie era supraponderală, ea încă era văzută ca fiind atrăgătoare dacă avea proporţia potrivită.

Singh a analizat posterele centrale din revistele *Playboy* din ultimii 30 de ani şi a descoperit faptul că, deşi fotomodelele au devenit tot mai slabe de-a lungul anilor, proporţia de 70% dintre şolduri şi talie rămânea o constantă. Atât raporturile de peste 70%, cât şi cele de sub 70% indicau niveluri mai scăzute de

sănătate şi fertilitate. Un raport nepotrivit însemna că o femeie avea semnificativ mai puţine şanse de a rămâne însărcinată şi de a duce mai departe genele unui bărbat.

Am analizat tablourile marilor maeştri şi am descoperit că, deşi femeile pe care le zugrăveau aceştia erau cu mult mai planturoase decât modelele din ziua de azi, raportul de 70% dintre talie şi şolduri rămânea o constantă.

Într-un studiu desfăşurat în Marea Britanie, la care au luat parte 500 de persoane, 87% dintre bărbaţi au afirmat că preferau o femeie cu linii rotunjite ale trupului şi care să aibă greutatea potrivită pentru înălţimea ei, iar marea majoritate a bărbaţilor preferau o femeie cu forme uneia slabe. Numai 8% au ales femei „foarte slabe, aproape numai piele şi os”, în vreme ce 92% au preferat femeile „voluptuoase”. Interesant este că răspunsul a fost aproape identic în rândul femeilor, 88% dintre acestea fiind de părere că femeile planturoase îi excitau mai mult pe bărbaţi decât cele slabe. Aşadar, când vine vorba de un corp feminin atrăgător, din punctul de vedere al bărbaţilor, forma contează, nu greutatea.

7. De ce se aseamănă punctul G cu un OZN

Un OZN este genul de obiect mitic de care majoritatea bărbaţilor au auzit, dar pe care nu a fost în stare să-l găsească niciunul. Punctul G reprezintă o zonă de terminaţii nervoase grupate pe o suprafaţă de aproximativ 3 centimetri pătraţi, localizată de obicei în partea din faţă şi în zona superioară a vaginului. Este locul în care se intersectează terminaţiile nervoase ale clitorisului, şi în vreme ce la unele femei este deosebit de puternic, la altele poate fi slab sau complet nesemnificativ. A fost „descoperit” de dr. Ernst Grafenberg, în 1950, fără ca acesta să menţioneze vreodată cum a făcut descoperirea respectivă. Din pricina localizării în partea din faţă şi superioară a vaginului, o poziţie pe la spate reprezintă modalitatea cea mai bună pentru ca locul respectiv să fie stimulat de către penis.

Cea mai frecventă poziţie de sex pentru cuplurile de parteneri căsătoriţi este cea doggy-style, pe la spate. Soţul stă deasupra şi face pe milogul. Femeia se rostogoleşte dedesubt şi face pe mortul.

Din cauza faptului că majoritatea bărbaţilor nu prea au habar cum stau lucrurile cu punctul G, este de datoria femeilor să-i înveţe despre ce este vorba şi ce-i de făcut cu acel loc.

8. De ce este atât de important pentru bărbaţi ca femeile să fie cele care iniţiază sexul

Abordarea unei femei implică riscuri foarte mari, iar majoritatea bărbaţilor au egouri extrem de fragile, din punctul lor de vedere respingerea reprezentând un eşec personal. Dacă este refuzat de o femeie, un bărbat se poate simţi zdrobit. În regnul animal, este de ajuns pentru cei mai mulţi masculi să-şi arate organele sexuale în faţa femelelor pentru a se ajunge la sex. În cazul animalelor, rareori se întâmplă ca femelele să râdă, să se întoarcă sau să pretindă că au o migrenă. Cu toate acestea, bărbaţii trebuie să se confrunte frecvent cu astfel de forme de respingere şi experienţa nu îi ajută să poată depăşi mai lesne refuzul. Din acest motiv celor mai mulţi dintre bărbaţi le-ar face plăcere ca femeia din viaţa lor să fie cea care face primul pas mai des. Asta le uşurează sentimentul de obligaţie de a iniţia sexul şi îi face să se simtă doriţi şi importanţi. Bărbaţii pot adeseori obţine acest lucru purtându-se mult mai atent şi arătându-se mai iubitori faţă de femeile din viaţa lor, fapt ce le va face de obicei mai înclinate să iniţieze ele sexul. Dacă bărbaţii ar fi apelat la mijloace mai subtile, ar fi sfârşit prin a obţine mult mai des ceea ce-şi doresc decât atunci când pur şi simplu pretind un anumit lucru.

Bărbatul se aseamănă cu un vin bun. La început e neprelucrat, asemenea strugurilor, şi este treaba unei femei să-l pistoneze şi să-l ţină la întuneric până ce ajunge la maturitate şi ar fi plăcut pentru ea la cină.

Celor mai multe dintre femei le-ar plăcea ca bărbaţii să priceapă aluzia, dar puţine dintre ele le spun asta direct. Femeile par să

fie convinse că, într-un fel sau altul, bărbaţii le vor descifra indiciile subtile, dar adevărul este că aceştia sfârşesc prin a fi şi mai confuzi.

9. De ce o încurcă atât de rău bărbaţii prin baruri de noapte

Femeile care dansează provocator prin barurile de noapte fac asta pentru a le da de înţeles bărbaţilor că ar putea fi disponibile pentru persoana potrivită. Cu toate acestea, bărbaţii înţeleg de aici că ele ar fi disponibile pentru oricine. Acest fapt produce o zonă majoră de conflict din pricina diferitelor modalităţi ale bărbaţilor şi femeilor de a percepe disponibilitatea unei femei. Problema este că bărbaţii acţionează pornind de la presupunerile pe care le fac şi este foarte probabil să considere că dacă o femeie se arată prietenoasă este semnul disponibilităţii sexuale. Acest lucru este confirmat de studii care datează încă din 1982, conduse de dr. Antonia Abbey, de la Departamentul de Medicină Comunitară din cadrul Wayne State University din Detroit, precum şi de cercetările întreprinse ulterior de psihologii Saal, Johnson şi Weber de la Kansas State University. Folosindu-se de actori, aceştia au condus un experiment în cadrul căruia o tânără angajată făcea o vizită în biroul unui bărbat mai în vârstă pentru a discuta despre termenul de finalizare al unui proiect. Actorilor li s-a cerut să se poarte prieteneşte, dar sub nicio formă să nu flirteze în vreun fel. Subiecţilor li s-a cerut să privească înregistrările video şi să evalueze intenţiile actorilor. Femeile care au privit interacţiunea respectivă au afirmat că femeia-actor încerca doar să fie prietenoasă (92%) şi nu sexy sau seducătoare (27%). Bărbaţii o percepeau, de asemenea, a fi prietenoasă (87%), dar în acelaşi timp o vedeau a fi sexy sau seducătoare (55%). Cu alte cuvinte, este de două ori mai probabil ca bărbaţii să bănuiască intenţii sexuale acolo unde nu sunt şi să acţioneze pornind de la această presupunere. În termeni evoluţionişti, această strategie are o noimă, pentru că dacă bărbaţii nu se înşelau fie şi măcar uneori, şansele lor de a-şi duce mai departe genele erau mai ridicate.

Un alt studiu a arătat că dacă un bărbat vede că o femeie are un prezervativ în poşetă, bănuiala lui că aceasta ar avea anumite intenţii sexuale creşte de patru ori. Majoritatea femeilor sunt conştiente de această „supraevaluare” a bărbaţilor şi o pot exploata pentru a obţine diferite beneficii. De obicei, se spune că-i joacă „pe degete” pe bărbaţi.

10. Când este gata un bărbat să-şi ia angajamente sau să se căsătorească?

În termeni biologici simpli, bărbatul de secol XXI va deveni domnul Potrivit atunci când nivelul lui de testosteron începe să scadă. Asta se întâmplă în jurul vârstei de 27 de ani. Generaţiile trecute de bărbaţi se căsătoreau încă din adolescenţă, sexul constituind pe atunci unul dintre beneficiile căsătoriei. Pentru bărbaţii tineri (sau mai bătrâni) din zilele noastre, nu mai e o problemă să aibă parte de mult sex. Este disponibil oriunde, oricând şi cu foarte diferite femei. Prin urmare, mulţi tineri din ziua de azi se gândesc: „De ce să mă împotmolesc într-o monogamie eternă, când mi-aş putea răspândi sămânţa încotro văd cu ochii?”

Din jurul vârstei de 27 de ani, un bărbat începe să fie mai grijuliu şi mai pasiv, deoarece raportul între hormonii sexuali feminini şi cei masculini din corpul lui începe să se modifice. Începe să fie mai interesat de relaţii pe termen lung şi gândeşte tot mai mult cu capul lui cel mare, nu cu cel mic. Va ajunge să-i telefoneze unei femei fără un motiv anume şi chiar îşi va anula unele partide sportive cu prietenii pentru a ieşi undeva cu ea. În etapele de dorinţă şi de dragoste romantică ale unei relaţii, nivelurile hormonilor masculini la bărbaţi sunt foarte ridicate, motiv pentru care aceştia se poartă cu impetuozitate, sunt entuziaşti în legătură cu o femeie – buchete uriaşe de flori îi sunt ei trimise la locul de muncă astfel încât să se afle de asta, face rezervări pentru cine romantice la restaurante scumpe şi foloseşte expresii clasice pentru a-şi exprima dragostea. Cu toate acestea, după sex el este cel care simte nevoia de a ieşi cât mai repede cu putinţă din pat, pentru a face un lucru, orice – să

se uite la televizor, să sune pe cineva, să-şi repare maşina, să expedieze emailuri, să gătească sau, dacă nu poate face niciunul dintre aceste lucruri, să adoarmă. Orice numai să nu se afle în pat alături de o femeie şi să simtă o legătură emoţională. Creierul lui ajunge la setările „din fabrică” şi-i spune: „Misiune îndeplinită – care-i următoarea?” Asta se întâmplă după cinci partide de sex cu aceeaşi femeie, deoarece creierul lui înţelege, din punct de vedere statistic, că sunt de ajuns cinci raporturi sexuale pentru ca o femeie să rămână însărcinată. Din acest motiv – asta dacă el nu o ia în calcul drept parteneră pe termen lung – după partida cu numărul şase interesul pentru femeia respectivă începe să-i scadă, indiferent cât de acrobatică ar fi ea. Dacă însă ar întâlni o nouă femeie, imediat s-ar avânta din nou cu aplomb.

După cinci raporturi sexuale, domnul Nepotrivit îşi pierde interesul într-o femeie, întocmai cum se întâmplă şi cu masculii altor specii animale.

Acest fenomen al celor „cinci partide de sex” poate fi văzut, de asemenea, la alte specii de mamifere, de exemplu la tauri, la berbeci sau la porci. După ce sau împerecheat cu aceeaşi femelă de cinci ori, e greu ca masculii să se mobilizeze pentru încă un „bis”. Nici măcar când femelele sunt deghizate cu pături, parfumuri sau dacă li se pun pungi în cap, masculii nu pot trece la treabă. E de ajuns ca o nouă femelă să intre în scenă pentru ca penisul unui mascul să se trezească la viaţă. Mama Natură ştie ce face – ea spune: „Ai făcut tot ce se putea în aceste cinci dăţi. Acum du-te şi caută-ţi o altă femelă şi pune umărul la perpetuarea speciei.” De aceea, domnul Nepotrivit îşi pierde repede interesul, încetează să mai facă eforturi pentru continuarea relaţiei şi devine evident faptul că din nou e vorba numai despre el.

Când o femeie se căsătoreşte, ea se aşteaptă la sensibilitate, sinceritate şi cooperare din partea partea partenerului. Ce primeşte în schimb? Râgâieli, mirosuri corporale şi respiraţie îmbibată de bere.

Bărbaţii care caută relaţii pe termen lung adeseori încep în acelaşi fel ca şi cei care caută doar o aventură de-o noapte, dar când sunt încercaţi de sentimente pe termen lung, încep să rămână tot mai mult în pat, să vorbească, să atingă şi să afişeze alte forme de comportament tipic feminine.

11.De ce bărbaţii maturi nu se sfiesc să poarte slip în public sau să-şi afişeze cu mândrie burdihanul

Faptul că bărbaţii nu sunt conştienţi de înfăţişarea lor publică a fost dintotdeauna un mister pentru femei. Majoritatea femeilor sunt experte să-şi tragă burta în public sau să evite, atunci când poartă costum de baie, anumite unghiuri care le-ar putea scoate în evidenţă aripioarele de pe şolduri. Totuşi, se întâmplă frecvent ca un bărbat care arată ca o femeie în luna a noua de sarcină să trimită bezele unei femei din colţul celălalt al camerei, sau ca unul care poartă un slip sumar şi mulat să poarte o conversaţie cu mai multe femei, fără să ţină seama de faptul că nu şi-a instruit slipul că e nepoliticos să „ţintească”.

În mod tacit, bărbaţii sunt conştienţi că valoarea lor pe piaţa partenerilor depinde în mare măsură de capacitatea lor de a strânge resurse şi nu de felul în care arată. În cazul unei femei, orice succes pe care ea l-ar putea avea în agonisirea de resurse poate fi perceput de către bărbaţi drept o ameninţare, pe când înfăţişarea ei fizică şi potenţialul de a da naştere unor copii sănătoşi este un bonus. În vreme ce ea are nevoie să poarte o fustă neagră pentru ca fundul ei să pară mic, el nu trebuie decât să poarte un Rolex sau să conducă un BMW pentru a contrabalansa un burdihan.

Cei mai mulţi dintre bărbaţi
au o părere mai bună despre corpul lor decât femeile.

12. Bărbaţii şi fetişurile lor

Fetişul este un stimul extern care face legătura între o experienţă mentală din trecut şi declanşarea unor sentimente sexuale. O mare parte din acest comportament vine din copilărie şi adolescenţă. Fetişul stârneşte un stimul sexual şi face astfel încât acea persoană să vrea să retrăiască scenariul fetişului. Poate fi vorba de orice, de la un obiect vestimentar, până la o aromă, o culoare, un material, obezitate sau vârstă înaintată. Alegeţi voi – fie că vorbim de un somon sau de un pantof, de o gleznă sau de o periuţă de dinţi – undeva în lumea largă există un tip care are un fetiş pentru fiecare dintre aceste lucruri. Când bărbaţii fantasmează, îşi imaginează părţi ale corpului, forme, poziţii – nu se gândesc dacă o femeie este o bună gospodină, dacă poate să cânte sau dacă militează pentru pacea mondială. Paginile web pornografice din întreaga lume sunt inundate de imagini cu toate fetişurile pe care şi le-ar putea închipui cineva şi se crede că 99% dintre vizitatorii acestor site-uri sunt bărbaţi.

Cândva, foarte demult, un bărbat i-a cerut unei femei să se mărite cu el. Ea l-a refuzat, iar el a trăit astfelfericit până la adânci bătrâneţi, a jucat mult golf, a băut bere, s-a dus liniştit la pescuit şi a putut trage vânturi ori de câte ori şi-ar fi dorit.

Deoarece bărbaţii sunt atât de stimulaţi de imagini vizuale, peste 90% din ceea ce este considerat a fi comportament „deviant” se referă la bărbaţi. În jur de 97% din condamnările pe teritoriul Statelor Unite împotriva ocheadelor aruncate pe fereastra cuiva au fost pronunţate împotriva bărbaţilor. Din aceleaşi motive, bărbaţii merg la cluburi de striptease sau citesc reviste cu femei.

13. Ce-i îngrijorează pe bărbaţi?

Asemenea femeilor, şi bărbaţii sunt îngrijoraţi de neajunsurile lor, dar nu le îngăduie acestora să le controleze vieţile aşa cum

fac femeile. Iată de ce se tem bărbaţii cel mai mult:

Am burta prea mare?
Arăt prea tânăr/bătrân?
Arăt îndeajuns de masculin?
Începe să-mi cadă părul?
Oare voi avea succes?
Pot satisface o femeie din punct de vedere sexual?
Nu cumva e prea mic penisul meu?
Oare voi fi în stare să-mi întreţin familia?
Voi avea vreodată îndeajuns de mulţi bani?
Mă va iubi vreodată o femeie asa cum sunt?

Bărbaţii se gândesc la aceste lucruri şi se îngrijorează, dar rareori le vor destăinui cuiva. Şi nu veţi auzi *niciodată* un bărbat spunându-le amicilor lui: „Hei, credeţi că sunt un grăsan ratat, cu chelie, care are scula mică şi se-mbracă aiurea de tot?” Bărbaţilor nu le place să-şi recunoască eşecurile în faţa nimănui. Nici partenerele nu ar trebui să le aducă în discuţie, pentru că pot zdrobi egoul unui bărbat şi pot provoca tensiune în cadrul relaţiei.

14. De ce bărbaţii au dificultăţi în a spune „Te iubesc”

Pentru majoritatea oamenilor, sintagma „Te iubesc” este fumată încă de la începutul unei relaţii, când în ambii parteneri colcăie hormonii şi probabil că abia dacă şi-ar aminti cum se numesc. În cazul unei femei, ea va afişa comportamente legate de înjghebarea unui cămin, va alege perdele, se va îngriji de ursuleţi de pluş, îi va găti (dacă n-o face deja), va observa pretutindeni cupluri care au copii şi va vorbi în termeni de „fericiţi până la adânci bătrâneţi”. De obicei, bărbatul se sperie când partenera ajunge să se comporte astfel şi va regreta că a spus „Te iubesc”. Trebuie să se ridice la nivelul cuvintelor pe care le-a rostit, şi azi, şi mâine, pentru totdeauna. Aşadar, dacă nu cumva speră să facă sex cu o femeie şi este copleşit de hormoni, va evita să spună cele două cuvinte.

A 39-a regulă vitală pentru bărbaţi: Niciodată nu vă alăturaţi prietenei sau soţiei în criticarea unuia dintre prietenii voştri bărbaţi, cu excepţia cazului în care sexul cu ea depinde de răspunsul vostru.

O femeie rămâne alături de un bărbat nepotrivit, trăind iluzia că se va schimba acum că e cu ea sau că „Dragostea învinge totul”. Refuză să accepte că bărbatul se poartă urât cu ea sau că nu o iubeşte cu adevărat. Nici măcar nu bagă de seamă că în numai şase luni a ajuns de la „prinţesă încântătoare” la „târfă”. Dacă o femeie nu este sigură de dragostea unui bărbat, le poate cere părerea prietenelor ei cele mai apropiate, insistând să spună adevărul. Cu alte cuvinte, sună un prieten sau întreabă publicul. În timp ce multe femei nu prea se pricep să identifice deficienţele relaţiei în care sunt implicate, le pot recunoaşte cu succes în cazul relaţiilor altor cupluri. Majoritatea femeilor nu pot vedea cât de puţină dragoste există într-o relaţie până când nu ies din relaţia respectivă, dar prietenele ei pot „vedea” adevărul, aşa că întrebaţi-le.

Bărbaţilor le place să întâlnească femei care cred în vorbe de genul „Dragostea învinge orice” – înseamnă că dacă livrezi la momentul oportun nişte „vorbe de dragoste” potrivite, îţi va fi foarte uşor să ajungi în patul lor.

15. Topul celor cinci întrebări care îi înfricoşează pe cei mai multi dintre bărbaţi

1. „La ce te gândeşti?”
2. „Mă iubeşti?”
3. „Ţi se pare că m-am îngrăşat?”
4. „Crezi că tipa aia e mai drăguţă decât mine?”
5. „Ce te-ai face dacă aş muri?”

Ceea ce face ca aceste întrebări să fie atât de dificile pentru un bărbat este faptul că aproape sigur ar putea conduce la o ceartă uriaşă dacă se dă un răspuns nepotrivit – adică dacă el spune adevărul. Mai jos puteţi citi o analiză a fiecărei întrebări în parte, împreună cu posibile răspunsuri.

Întrebarea 1: „La ce te gândeşti?”

Răspunsul potrivit în acest caz este: „Îmi pare rău, draga mea, dacă am fost puţin cam distant. Pur şi simplu, mă gândeam la cât de minunată, grijulie, caldă şi inteligentă femeie eşti tu şi la cât de norocos sunt să te am în viaţa mea.” Acest răspuns evident că nu seamănă deloc cu adevărul, care probabil este

unul dintre următoarele:

a. „La nimic.”
b. „La fotbal.”
c. „La Angelina Jolie, dezbrăcată.”
d. „La cât de grasă eşti.”
e. „Mă gândesc pe ce-aş cheltui banii de asigurare dacă ai muri.”

Întrebarea 2: „Mă iubeşti?”

Răspunsul corect este: „Da! Sunt înnebunit după tine!” Printre răspunsurile nepotrivite se numără:

a. „Sigur! În neştire! Acum putem să facem sex?”
b. „Te-ai simţi mai bine dacă aş spune că da?”
c. „Poţi defini cuvântul «dragoste»?”
d. „Sunt soţul tău... Asta mi-e meseria.”
e. „Doar mă culc cu tine, nu?”
f. „Cine, eu?”

Întrebarea 3: „ Ţi se pare că m-am îngrăşat?”

Răspunsul corect este unul răspicat: „Sigur că nu! Arăţi perfect!” Printre răspunsurile incorecte se numără:

a. „Prin comparaţie cu...?”
b. „N-aş zice că eşti grasă, dar nici tocmai trasă ca prin inel.”
c. „Îţi stă bine un pic mai plinuţă.”
d. „Am văzut şi altele mai grase de-atât.”
e. „Nu. Am pus eu fără să te previn douăzeci de kilograme în plus pe cântar când te-ai urcat tu pe el.”
f. „Poţi să repeţi întrebarea? Tocmai mă gândeam pe ce aş cheltui banii de asigurare dacă ai fi murit.”

Întrebarea 4: „ Crezi că tipa aia e mai drăguţă decât mine?”

Încă o dată, răspunsul indicat este un răspicat: „Bineînţeles că nu!” Printre răspunsurile incorecte sunt:

a. „Da, dar tu ai o personalitate mai bună.”
b. „Mai drăguţă nu, dar în mod sigur mai slabă.”
c. „Nu la fel de drăguţă ca tine când erai de vârsta ei.”
d. „Defineşte cuvântul «drăguţă».”
e. „Poţi să repeţi întrebarea? Tocmai mă gândeam pe ce aş cheltui banii de asigurare dacă ai fi murit.”

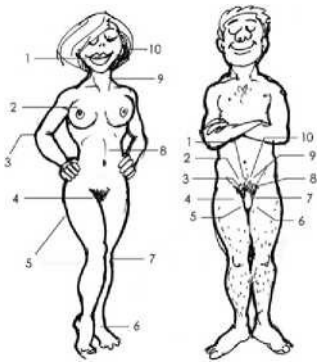
Întrebarea 5: „ Ce te-ai face dacă aş muri?”

La această întrebare cu siguranţă nu există răspuns câştigător. Răspunsul adevărat este că: „Mi-aş lua un Ferrari şi un iaht”, dar iată maniera obişnuită în care se poate aborda o asemenea întrebare:

FEMEIA: Te-ai recăsători?
BĂRBATUL: Sigur că nu.
FEMEIA: De ce nu? Nu-ţi place să fii căsătorit?
BĂRBATUL: Ba da! Îmi place la nebunie să fiu căsătorit.
FEMEIA: Atunci de ce nu te-ai recăsători?
BĂRBATUL: Bine atunci. M-aş recăsători.
FEMEIA: (afişând o figură rănită) Ai face-o?
BĂRBATUL: Ei bine. ăăă. tu m-ai întrebat!
FEMEIA: Te-ai culca cu ea în patul nostru?
BĂRBATUL: Unde altundeva să ne culcăm?
FEMEIA: Ai înlocui pozele cu mine cu fotografii ale ei?
BĂRBATUL: Păi. s-ar cam cuveni să fac asta.
FEMEIA: Şi ai lăsa-o să folosească crosele mele de golf?
BĂRBATUL: Nu poate. E stângace.

- **Creierul unui bărbat poate face diferenţa dintre dragoste şi sex. Uneori se întâmplă concomitent.**
- **Bărbaţii le mint pe femei pentru a evita conflicte. Niciodată nu-i puneţi unui bărbat o întrebare al cărei răspuns nu vreţi să-l auziţi, altminteri nu faceţi altceva decât să-l antrenaţi să vă mintă.**
- **Dacă vreţi să-l faceţi fericit pe bărbatul din viaţa voastră, fiţi voi cele care iniţiază sexul mai des.**
- **Bărbaţii sunt la fel de nesiguri în ceea ce priveşte neajunsurile lor pe cât sunt şi femeile; dar nu le face plăcere să discute despre asta. Nu scoateţi niciodată în evidenţă eşecurile unui bărbat – veţi stârni tensiune şi îi veţi răni orgoliul.**

CAPITOLUL 9
12 adevăruri despre femei pe care majoritatea bărbaţilor nu le ştiu



Principalele zone erogene ale corpului uman.

Certurile legate de sex din ziua de azi sunt mult mai intense decât erau în generaţiile trecute. Bărbaţii văd puţine motive din pricina cărora femeile ar fi rezervate în privinţa sexului. Dacă femeile iau anticoncepţionale sau folosesc alte mijloace contraceptive, de ce nu doresc mai frecvent sex? După emanciparea femeilor, bărbaţii simţeau că acestea ar trebui să fie mai pregătite să facă primul pas în direcţia sexului. Femeile au declarat sus şi tare că erau gata să ignore aşteptările societăţilor anterioare cu privire la lipsa de dorinţă a femeilor faţă de sex, iar bărbaţii au tras de aici concluzia, fericiţi, că li se va cere în mod constant să facă sex şi că femeile nu vor mai primi cu reticenţă avansurile bărbaţilor. Femeile au început să cumpere obiecte pornografice, jucării sexuale şi să vorbească despre bărbaţi ca despre nişte obiecte sexuale. Insistau asupra dorinţei de a fi libere să se îmbrace cât de seducător doresc, oricând vor. În revistele pentru femei apăreau întruna articole despre cum să fie satisfăcuţi bărbaţii în pat. În programele radiofonice pentru femei erau invitaţi consilieri sexuali care le vorbeau acestora despre tehnici, iar la televizor există emisiuni explicite despre sex. Bărbaţii erau excitaţi şi entuziasmaţi. Femeile, se spunea, îşi doreau acum la fel de mult sex ca şi

bărbaţii.
Totuşi, acest moment a constituit un anticlimax (jocul de cuvinte nu este intenţionat). Revoluţia sexuală a sosit, dar după toată vorbăria stridentă despre sexul liber, multe femei au revenit la poziţia lor iniţială – aceea de partenere sexuale pasive. Unele nu, dar majoritatea aşa au făcut. Încă o dată bărbaţii s-au pomenit arătaţi cu degetul pentru că-şi doreau întotdeauna sex, încercând să convieţuiască alături de femei care rareori simţeau la fel. Majoritatea bărbaţilor se aşteptau să aibă o viaţă de parcă s-ar fi aflat printre iepuraşi Playboy şi când colo s-au pomenit că trăiau din nou cu Maica Tereza. Însă contrar a ceea ce mulţi bărbaţi cred, femeile chiar îşi doresc să aibă parte de sex şi chiar mai des decât recunosc de fapt.
Dacă relaţia în care se află o femeie nu merge ca pe roate, aceasta va evita sexul. Un bărbat aflat într-o relaţie asemănătoare este perfect mulţumit să facă sex oricând, deoarece, după cum am văzut în capitolul precedent, creierul lui are capacitatea de a separa dragostea de sex şi de obicei sexul are o prioritate mai mare în ochii lui din pricina nevoii de perpetuare a speciei. Bărbaţii sunt dispuşi să facă sex aproape oricând, oriunde şi aproape în orice împrejurări. Pentru femei, lucrurile stau exact pe dos. Multe dintre ele nu pot înţelege cum de poate face sex un bărbat fără a simţi vreo emoţie deosebită în acest timp şi majoritatea urăsc acest lucru. Diferenţa localizării sexului la nivelul creierului la femei şi nivelurile semnificativ mai scăzute de testosteron fac astfel încât sexul să se afle mult mai jos pe lista lor de priorităţi.
În cele ce urmează vă vom prezenta 12 lucruri esenţiale despre femei şi sex pe care cei mai mulţi dintre bărbaţi nu le înţeleg.

1.Ce doresc femeile de la sex

Obsesia zilelor noastre de a fi mereu în acord cu corectitudinea politică a condus la iluzia că femeile îşi doresc de la sex aceleaşi lucruri ca şi bărbaţii. Numeroase reviste şi emisiuni TV sugerează nu numai că femeile au aceleaşi criterii ca şi bărbaţii pentru a evalua o partidă bună de sex, dar au şi aceleaşi

imbolduri sexuale. Mişcarea pentru drepturile femeilor a făcut numeroase presiuni şi a obţinut egalitate în multe domenii, iar societatea a tras concluzia, în mod eronat, că la fel stau lucrurile şi cu sexul. Nimic n-ar putea fi mai departe de adevăr.

Prezicătorul i-a spus unui tânăr: „Pentru a avea o viaţă fericită, ai nevoie să găseşti o fată care are aceleaşi interese ca şi tine şi care îşi doreşte aceleaşi lucruri asemenea ţie. „ „Poftim? Să se îmbete şi să agaţe alte femei?" rosti el, rămas cu gura căscată. „înseamnă că-mi trebuie o lesbiană alcoolică!"

De-a lungul unei perioade de peste 30 de ani, am adunat şi am analizat sute de studii şi chestionare despre ce-şi doresc femeile de la sex. Printre acestea s-au numărat studii conduse de universităţii şi institute pentru sănătate, de cercetători profesionişti în domeniul sexului precum Kinsey, sau reviste populare precum *Cosmopolitan* sau *Redbook.* Din toate acestea am tras două concluzii. În primul rând, că motivaţiile unei femei de a face sex nu diferă în prezent de cele de acum câteva mii de ani. Aproape orice studiu a demonstrat că femei de afaceri în poziţii importante, altele casnice înconjurate de o liotă de copii sau femeile care se târau prin grote acum 100 000 de ani au aceleaşi criterii pentru a clasifica un sex de calitate. În al doilea rând, impulsul sexual al unei femei din secolul XXI nu este astăzi mai puternic decât cel al predecesoarelor ei din timpuri străvechi – singurul lucru care s-a schimbat este că se poate discuta acum liber despre sex şi poate fi dezbătut în presă. În vârful listei oricărei femei se află dorinţa acesteia de a găsi un partener potrivit care fie are resurse, fie are capacitatea de a le obţine.

Iată un rezumat al celor mai importante cinci lucruri pe care majoritatea femeilor afirmă că le doresc de la un bărbat înainte de a simţi dorinţa de a face sex cu el:

1. Să se simtă atrăgătoare şi speciale.
2. Să se simtă iubite şi protejate.
3. Să fie alintate şi răsfăţate.
4. Să fie mângâiate, sărutate şi dezmierdate.

5. Să vorbească despre sentimentele lor.

Comparaţi această listă cu principalele cinci lucruri pe care spun bărbaţii că le vor de la femei:

1. Ca ea să spună mai des „da” când vine vorba de sex.
2. Să facă mai des sex în mod spontan.
3. Ca ea să iniţieze mai des partidele de sex şi să fie creativă.
4. Să nu-l facă pe el să se simtă vinovat pentru nevoile lui sexuale.
5. Să înţeleagă că el este motivat, în principal, de stimuli vizuali, precum lenjeria intimă.

O femeie doreşte ca drumul către sex să fie lent. De fapt, ea nici măcar nu foloseşte cuvântul sex – ea doreşte să „facă dragoste” sau „să se culce” cu cineva. După partida de sex, ea ar dori să continue să vorbească despre sentimentele ei, dar numeroase doamne se plâng că asta nu e posibil – pentru că el deja doarme.

Fantezia numărul unu a oricărui bărbat este să fie în pat cu două femei. Şi femeile îşi doresc acest lucru pentru a avea cu cine să vorbească după ce partenerul lor adoarme.

Aceste liste arată cât de mulţi stimuli emoţionali doresc femeile, în timp ce bărbaţii vor o femeie uşuratică şi sălbatică. Din cauza diferitelor priorităţi şi imbolduri care-i animă, nu ar fi deloc deplasat să spunem că bărbaţii şi femeile sunt incompatibili când vine vorba de sex. În mod frecvent femeile îi descriu pe bărbaţi ca fiind „egoişti” şi „mereu grăbiţi”, iar bărbaţii afirmă despre femei că sunt „lipsite de imaginaţie” sau „mecanice”. O femeie ar putea, de asemenea, să considere nevoia unui bărbat de a vedea imagini erotice drept „dezgustătoare” sau „bolnavă”. Vorbind despre nevoia ei de a decurge lent lucrurile, bărbatul afirmă că este „necreativă” şi „plictisitoare”. Odată ce veţi înţelege şi accepta că bărbaţii şi femeile au creiere care funcţionează diferit, că fiecare are o altă perspectivă în ceea ce priveşte dragostea şi sexul, că fiecare are priorităţi diferite, veţi

putea opera schimbările necesare în abordarea voastră faţă de sex şi foarte curând veţi ajunge să fiţi consideraţi a fi extraordinari în pat. O viaţă sexuală ideală este aceea în care fiecare partener se abţine de la a judeca nevoile celuilalt şi, în schimb, împlineşte acele dorinţe. Nevoile noastre sexuale sunt diferite – nici mai bune, nici mai rele, doar diferite.

În timp ce avionul militar rula pe pistă pregătindu-se de decolare, una dintre însoţitoarele de zbor le dădea soldaţilor informaţiile de securitate necesare despre centurile de siguranţă şi ieşirile de urgenţă. În cele din urmă, le-a spus: „Acum lăsaţi-vă pe spate şi bucuraţi-vă de călătorie în timp ce căpitanul, Joanne Parish şi echipajul ei vă vor duce în siguranţă în Irak. „ Un bătrân sergent din primul rând întrebă: „Am auzit eu bine? Căpitanul e o femeie?" „Da! răspunse însoţitoarea de zbor, de fapt, întreg echipajul este alcătuit numai din femei. „ „Doamne, zise el nervos, nu ştiu ce să cred, numai cu femei acolo în carlingă... „,A, asta-i altceva, domnule sergent, zise ea. Deja nu-i mai spunem carlingă, ci dulap..."

---

2. De ce femeile iniţiază partidele de sex atât de rar

Aceasta este principala plângere a oricăror bărbaţi din aproape orice ţară de pe faţa pământului. Motivul este simplu: după cum am scos în evidenţă în repetate rânduri, bărbaţii sunt astfel alcătuiţi încât să aibă imbolduri sexuale mult mai puternice decât femeile, nivelul testosteronului fiind în cazul lor de 10 până la 20 de ori mai mare şi având un hipotalamus mai dezvoltat, zona din creier care stimulează apetitul sexual.

„Soţia mea spune că mă iubeşte, dar aproape niciodată nu mi-o arată. Ea pare să creadă că e de ajuns să-mi spună chestii drăguţe, să facă diverse lucruri pentru mine, precum să-mi gătească felul de mâncare favorit, să spele rufe, dar sincer eu nu prea dau doi bani pe toate astea. Pot face şi singur toate aceste lucruri. Ce mi-ar plăcea la nebunie să facă ar fi să se îmbrace într-o bună zi pentru mine într-o ţinută sexy şi sumară şi să mă întâmpine astfel când mă întorc de la muncă. Asta chiar mi-ar arăta că mă iubeşte. Dar mai repede ajung pe Lună decât să mi se întâmple asta. Ce vreau eu să spun e că dacă ei i-ar păsa cu adevărat de mine, nu şi-ar dori să mă facă fericit?"

Ian

De-a lungul ultimului milion de ani, bărbaţii au evoluat astfel încât să fie orientaţi către sex pentru a se asigura astfel

perpetuarea speciei. Femeile au evoluat în a fi purtătoare de copii. Imboldul fundamental al femeilor era de a avea grijă şi de a proteja, astfel încât să-şi poată creşte copiii şi să-i păzească. Nimic nu s-a schimbat. Femeile extind această caracteristică şi asupra bărbaţilor din vieţile lor şi le place să le asigure confortul, să-i sprijine, să-i facă să fie în siguranţă. Pe de altă parte, bărbaţii văd în orice dezmierdare o formă de preludiu. Concentrarea lor asupra sexului este atât de copleşitoare încât nu pot face diferenţa între o femeie care îşi exprimă o afecţiune firească şi o alta care doreşte sex. Din această cauză bărbaţii se simt respinşi atât de frecvent. Ei citesc în mod eronat semnalele transmise de o femeie, vor crede că lucrurile evoluează către sex pentru a se pomeni apoi că sunt respinşi. Femeile rămân la fel de nedumerite.

„Ştiţi, adeseori nu-mi doresc decât un strop de alint înainte de culcare. Mi-aş dori să putem doar să ne sărutăm şi să ne mângâiem până ce adormim. Uşor şi delicat. Asta mă face să mă simt bine. Dar dacă încerc asta, Robert întotdeauna crede că vreau să facem sex. Aşa că acum, dacă nu vreau să fac sex, de îndată ce m-am băgat în pat mă şi prefac că am adormit. Nu pot risca să-l întărât, pentru că apoi el va avea o erecţie şi va dori să facem sex. De ce nu se poate mulţumi şi el cu nişte dezmierdări? De ce trebuie să fie sexul atât de important?”

Helen Problema pentru bărbaţi este că pur şi simplu ei au evoluat cu anumite conexiuni neuronale orientate spre perpetuarea speciei umane. În timpuri străvechi, ei trebuiau să fie gata de a prinde orice şansă de a face sex, chiar şi atunci când pericolele erau iminente. Adeseori sarcinile nu erau purtate până la capăt, sau copiii mureau la naştere sau la vârste foarte fragede. Cei mai mulţi nu ajungeau la adolescenţă. Femeile au evoluat astfel încât să aibă imbolduri sexuale mai reduse, deoarece trebuia să aloce mult timp sarcinii şi să aibă în grijă copii. Dacă femeile şi-ar fi dorit tot timpul sex, şi-ar fi neglijat odraslele sau ar fi fost întotdeauna însărcinate şi ar fi născut pe bandă rulantă. Ambele scenarii ar fi avut efecte negative atât asupra sănătăţii lor, cât şi asupra copiilor.

Bărbatul şi femeia de Neanderthal se pare că nu prea aveau nicio problemă cu sexul – îl considerau a fi numai un pic de distracţie şi probabil că nu se certau niciodată din pricina lui.

Abia când a apărut în scenă un individ mai sofisticat – omul neolitic –, s-a început a se observa o legătură între naşterea copiilor şi sex. Înainte ca metode de contracepţie moderne şi ieftine să apară pe piaţă, bărbaţii erau nevoiţi să-şi înfrâneze impulsurile sexuale sau să folosească metoda „retragerii” pentru a nu se pomeni cu o liotă de copii.

Abia recent au făcut oamenii legătura între naşterea copiilor şi sex.

3. Cum să le faceţi pe femei să-şi dorească sex mai frecvent

Din punct de vedere istoric, atunci când bărbaţii şi-au dorit un lucru, l-au cerut în mod direct. Când ceva nu le era pe plac, se exprimau, de asemenea, pe şleau. Dintotdeauna bărbaţii s-au aflat în postura să poată pretinde un lucru atunci când şi-l doresc şi să-l şi primească. Fiind mai totdeauna polul de putere într-o relaţie, un bărbat cu greu ar putea gândi altminteri. Prin urmare, numeroşi bărbaţi încă mai cred că au tot dreptul să ceară sex. În zilele noastre, femeile nu prea mai simt nicio obligaţie de a se supune şi cu cât un bărbat cere sex cu mai multă insistenţă, cu atât e mai puţin probabil ca ele să fie de acord. Femeile nu pricep de ce bărbaţii nu încearcă şi o abordare mai subtilă, iar bărbaţii adeseori nu-şi dau seama că există o alternativă.

Femeile din ziua de azi îşi doresc să fie făcute să se simtă sexy, iubite, prețuite, adorate. Nu le place să simtă că atașamentul e de la sine înțeles. Și deși 1) > > [9] preludiul este important, ce se petrece înainte de preludiu este încă şi mai important.

Patru bărbaţi au plecat la pescuit. După vreo oră de stat pe malul râului, unul dintre ei a spus: „N-o să vă vină să credeţi ce am fost nevoit să fac pentru ca nevastă-mea să mă lase la pescuit în weekendul ăsta. I-am promis că săptămâna viitoare vom redecora fiecare cameră din casă!” Cel de-al doilea bărbat a rostit: „Asta-i un fleac! Eu i-am promis soţiei mele că voi acoperi cu gazon gaura din grădina din spatele casei şi voi construi leagăne şi tobogane pentru copii. „ Al treilea bărbat zâmbi. „Nici nu ştiţi ce uşor aţi scăpat! exclamă el. Eu a trebuit să-i promit doamnei mele că voi renova complet bucătăria pentru ea şi că îi voi clădi şi un foişor în grădină!” Au continuat să pescuiască în tăcere. Apoi şi-au dat seama că cel de-alpatrulea bărbat nu scosese un cuvânt. „Hei, Jerry! îi zise cel dintâi. Tu

ce ai fost nevoit să faci ca să poţi pleca la pescuit?" Jerry ridică din umeri cu relaxare. „N-am făcut altceva decât să-mi pun ceasul să sune la cinci şi jumătate. După ce s-a auzit alarma, mi-am strâns nevasta în braţe şi am întrebat-o: «Sex sau pescuit?» La care ea s-a întors şi mi-a spus: «Vezi să te- mbraci bine!» „

S-a descoperit că stresul este unul dintre factorii care afectează în mod negativ apetitul sexual al femeilor, deoarece provoacă emoţii negative, iar emoţiile femeilor sunt strâns legate de dorinţa de a face sex. Dacă o femeie este obosită, sictirită sau îngrijorată şi stresată, apetitul ei sexual este aproape egal cu zero, aşa că este important să o ajutaţi să se simtă relaxată, apreciată, să ştie că aveţi nevoie de ea.

Cei mai mulţi dintre bărbaţi nu ştiu că nu un penis erect este cel mai mare stimul sexual pentru o femeie; cel mai adesea e vorba de imaginea unui bărbat care pregăteşte cina, spală vasele, hrăneşte copiii şi îşi pune hainele murdare în coşul de rufe.

Este mult mai probabil decât orice altceva ca astfel de imagini să îi stârnească unei femei sentimente de tandreţe faţă de un bărbat. Unei femei, mai ales dacă are şi copii şi o slujbă extenuantă, îi este greu să mai găsească resurse pentru a mai avea chef de sex la sfârşitul unei zile în care nu-şi doreşte altceva decât să doarmă. S-a dovedit că un bărbat care se ocupă de treburile casei este cel mai puternic afrodisiac care ar putea fi administrat unei femei. Majoritatea bărbaţilor sunt uluiţi să afle că imaginea lor dând cu aspiratorul prin casă este un stimul mult mai puternic decât 300 de dolari cheltuiri pe o cină la un restaurant scump.

Maria Quinn, autoarea cărţii *Between Clean Sheets,* un ghid pentru bărbaţi despre treburile casnice, a arătat cum merg mână-n mână sexul şi robotitul prin gospodărie.

Când o femeie nu mai ştie încotro să se împartă, iar oamenii au aşteptări atât de mari de la ea, sexul devine unul dintre multe alte lucruri pe care trebuie să le ofere. Ajunge să fie un lucru pe care tu — ca femeie — îl faci pentru alţii, nu pentru tine însăţi. Furia mocnită creşte pe măsură ce devii tot mai obosită, surmenată şi nervoasă, gândindu-te la toate îndatoririle pe care le ai de îndeplinit. O mulţime de bărbaţi se întreabă: „ Oare unde am greşit?"şi chiar că nu au idee.

Definiţii ale preludiului
Al ei: „ Ce-ai zice să faci curat în bucătărie în timp ce eu mă delectez cu o baie bună în seara asta?”
Al lui: „Eşti trează?”

Quinn afirmă că un bărbat care îşi asumă o parte din treburile casnice va sfârşi prin a fi surprins de urmarea neaşteptată – anume aceea că femeia vieţii lui brusc devine mult mai dornică de sex.

Pentru a-şi dori să facă sex, femeile trebuie mai întâi să se simtă dorite, preţuite, iubite şi adorate. În mod bizar, un bărbat care face treburi prin casă atinge acest scop.

4. De ce au femeile orgasme

Numai femeile au orgasme. În cazul femelelor din oricare altă specie, sexul reprezintă o treabă de şapte, maxim zece secunde al cărui singur scop este procreerea. Niciun ritual de apropiere între parteneri nu este necesar. În schimb, se poate spune că ovulaţia la femei este deghizată – asta înseamnă că un bărbat nu ştie niciodată când ea e „în călduri”. Aceasta pare să fie o adaptare evoluţionistă al cărei scop este acela de a-i ţine pe bărbaţi prin preajmă în majoritatea timpului. Femeile sunt aproape întotdeauna disponibile pentru sex, indiferent dacă se află sau nu la ovulaţie, şi acest lucru face ca sexul să devină un proces constant prin care se creează legături, astfel bărbaţii rămânând mereu „prin preajmă”.

Cercetătorii au introdus camere de filmat în interiorul vaginelor unor femei care aveau orgasm. Imaginile au arătat că în momentul culminant muşchii vaginului se contractă, iar porţiunea înăustă a uterului care face legătura cu vaginul – cervixul – se întinde şi se deschide pentru a atrage sperma prezentă, cam la fel ca în cazul unui aspirator. Din acest motiv sincronizarea orgasmelor între bărbat şi femeie are o importanţă atât de specială, deoarece astfel cresc şansele conceperii unui copil. Din punctul de vedere al reproducerii, orgasmul femeii ar trebui să se petreacă numai în timpul sau

după ejacularea bărbatului şi nu înainte.

Biologii evoluţionişti văd, de asemenea, în orgasmul feminin o formă de control al calităţii pentru specia umană. Ei sunt de părere că dacă o femeie simte că un bărbat nu are genele potrivite, este puţin probabil ca trupul ei să fie pregătit de orgasm. Dacă, în schimb, seară de seară ea se aprinde ca un artificiu cu bărbatul respectiv, e felul Naturii de a-i spune că, cel puţin în termeni evoluţionişti, el are genele pe care ea şi le doreşte pentru copiii ei.

5. De ce adeseori femeile deştepte nu au succes în dragoste

Simplu spus, studiile au demonstrat că, pe măsură ce este mai ridicat IQ-ul unei femei, ratingul ei emoţional – EQ – este mai scăzut. Asta înseamnă că, cu cât are ea o minte mai strălucitoare, cu atât este mai puţin probabil să facă alegerile potrivite în dragoste. S-a demonstrat între timp că este mai probabil ca femeile cu cariere de succes să divorţeze sau să se implice în aventuri amoroase şi este mai puţin probabil să aibă copii. În *American Journal of Marriage and Family* sunt citate mai multe studii care arată cum creşte rata divorţurilor în cazul femeilor care au salarii mai mari decât partenerii lor. De fapt, femeile care câştigă mai mult decât soţii lor divorţează de două ori mai des decât cele care câştigă mai puţin. Se demonstrează astfel că femeile de succes din punct de vedere financiar sunt mai puţin tolerante şi au tendinţa de a-şi exercita controlul asupra bărbaţilor care câştigă mai puţin, acestora nefiindu-le deloc uşor să trăiască alături de femei mai de succes decât ei. Dr. Robert Holden, autorul volumului *Success Intelligence,* afirmă că femeile deştepte petrec prea mult timp analizând înţelesurile şi motivaţiile din cadrul relaţiilor lor, în loc de a se arăta deschise şi a le înfăţişa bărbaţilor lor vulnerabilităţile emoţionale.

6. De ce femeile preferă bărbaţii mai în vârstă

David Buss a descoperit că femeile din toate cele 37 de culturi

pe care le-a studiat preferau bărbaţii mai în vârstă. Acest lucru se întâmplă, deoarece cu cât este mai în vârstă un bărbat, cu atât este mai probabil să-i poată oferi ei resurse şi accesul la un anumit statut. De pildă, în 2008, veniturile medii ale unui bărbat australian de 20 de ani erau de 27 000 de dolari, în vreme ce unul de 30 de ani câştiga 44 000 de dolari, iar altul de 40 de ani ajungea la 53 000 de dolari. În plus, bărbaţii mai în vârstă sunt mai stabili, mai de încredere, mai dispuşi să-şi asume angajamente. Femeile preferă în general bărbaţi cu trei până la cinci ani mai în vârstă decât ele, deoarece bărbaţii care sunt cu mult mai în vârstă decât ele este mai probabil să moară, fapt care echivalează cu sfârşitul resurselor. În unele culturi, femeile se mărită uneori cu bărbaţi mai tineri, dar acest lucru se întâmplă de obicei fie când femeia are o avere considerabilă, fie când bărbatul este pe punctul de a moşteni sume mari de bani, putere sau statut social. Aceste căsătorii sunt de regulă unele „aranjate”.

Bărbaţii văd în femei obiecte sexuale
Femeile văd în bărbaţi obiecte de succes.

Din când în când, femei mai în vârstă se vor implica în relaţii cu bărbaţi mult mai tineri, în principal, din două motive: primul, că ea are propriile resurse şi nu simte că ar mai avea nevoie de resursele unui bărbat şi cel de-al doilea, deoarece bărbaţii mai bătrâni îi trag în jos ratingul de cuplare, deoarece ea a trecut deja de perioada în care putea naşte copii. Ea îl poate atrage pe un bărbat mai tânăr oferindu-i sex sau acces la putere şi resurse, dar de regulă aceste relaţii nu au o viaţă lungă, şi acesta a fost şi cazul legăturii dintre Elizabeth Taylor care, la 59 de ani, s-a căsătorit cu un muncitor în construcţii cu 20 de ani mai tânăr decât ea, Larry Fortensky.

Femeile preferă bărbaţi care sunt mai inteligenţi decât ele, iar bărbaţii preferă femei mai puţin inteligente. Adeseori veţi vedea o femeie mai săracă cu duhul (sau o femeie care face pe proasta) alături de un bărbat inteligent, dar rareori veţi vedea o femeie

deşteaptă lângă un bărbat prost, asta dacă nu cumva urmăriţi un serial de comedie sau un show de televiziune care încearcă să creioneze ironic corectitudinea politică. Rareori se întâmplă ca lucrurile să se desfăşoare astfel şi în viaţa reală.

7. De ce îşi doresc femeile să fie atinse

În cartea noastră *De ce bărbaţii se uită la meci şi femeile se uită în oglindă?* am arătat că la femei există peste 10 000 de receptori tactili răspândiţi prin corp, prin comparaţie cu numai 3 000 în cazul bărbaţilor. O sensibilitate sporită la atingere le-a îngăduit femeilor să poată evalua emoţiile şi starea în care se aflau bebeluşii lor. Acest lucru explică şi de ce femeilor le face mare plăcere să fie atinse şi de ce apropierea fizică este atât de importantă pentru ele.

Un cuplu de oameni căsătoriţi, amândoi având în jur de 60 de ani, îşi sărbătoreau cea de-a 35-a aniversare a nunţii într-un restaurant cochet şi romantic. Dintr-odată, o zână mititică se ivi la masă şi le spune: „Pentru că aţi fost un exemplu minunat pentru alţii despre cum să aibă o căsnicie lungă şi fericită, vă voi îndeplini fiecăruia dintre voi câte o dorinţă. „ Soţia ţipă de bucurie şi rosti: „Dintotdeauna ne-am dorit să pornim într-o croazieră în jurul lumii!” Zâna îşi flutură bagheta fermecată şi puf! — în mâinile ei se iviră două bilete pentru o călătorie în jurul lumii la bordul vasului Queen Mary II. Soţul se gândi pentru o clipă şi apoi spuse: „îmi pare rău, dragostea mea, dar cu o şansă ca asta nu mă mai întâlnesc. Dorinţa mea este să am o soţie cu 35 de ani mai tânără decât mine. „ Soţia lui a fostfoarte dezamăgită, dar dorinţa e dorinţă. Zâna îşi flutură bagheta magică şi puf! — soţul ajunse un bătrân de 95 de ani. Morala acestei poveşti: bărbaţii care sunt nişte nenorociţi nerecunoscători ar trebui să-şi amintească faptul că şi zânele totfemei sunt!

Pentru cei mai mulţi dintre bărbaţi, totuşi, apropierea fizică este interpretată drept semn al faptului că o femeie îşi doreşte o partidă de sex, ceea ce conduce la enorme probleme pentru cuplurile de pretutindeni. Femeile îşi doresc o sumedenie de atingeri nonsexuale, precum dezmierdările, ţinutul de mână, mângâierea părului, masajul şi orice tipuri de sărutări. Majoritatea bărbaţilor fac toate aceste lucruri atunci când fac curte unei femei pentru că sunt conştienţi că ar putea conduce la sex, dar mulţi încetează să se mai poarte astfel după ce relaţia

se permanentizează.

Cum ştii că un bărbat este gata de sex? Când respiră.

8. De ce par femeile distrase în timpul sexului

Bărbaţii de pretutindeni se plâng că atunci când vine vorba de a face sex, femeile par preocupate de tot ce le înconjoară. Bărbaţii pretind că femeile spun despre cameră ba că este prea luminoasă, ba prea întunecată, prea liniştită sau prea zgomotoasă, sau că pereţii sunt prea subţiri şi ar putea fi văzuţi sau auziţi de cineva. În schimb, bărbaţii nu sunt preocupaţi de toate aceste lucruri – creierul unui bărbat se poate concentra asupra unei singure activităţi, cea prezentă, astfel încât aceştia devin practic orbi şi surzi faţă de orice stimul extern.

Profesorul de neurologie Gert Holstege, de la Universitatea din Groningen, din Olanda, împreună cu echipa lui, a comparat activitatea de la nivelul creierelor pentru 13 femei heterosexuale în patru stadii diferite: în timp ce se odihneau, în timp ce simulau un orgasm, în timp ce le era stimulat clitorisul sau în timp ce aveau orgasm în urma stimulării clitoridiene. Pe măsură ce femeile erau stimulate, se constata o creştere a activităţii în cortexul somato-senzitiv primar, dar care se împotmolea în zona amigdalei şi a hipocampului (ariile din creier care controlează anxietatea, starea de alertă), ceea ce confirmă faptul că femeile nu se pot bucura de sex dacă nu sunt relaxate şi lipsite de griji sau există alte lucruri care să le distragă atenţia.

Soţia mea râde întotdeauna în timp ce facem sex, indiferent de ce citeşte.

Emo Phillips

Creierele femeilor care sunt capabile să facă mai multe lucruri în acelaşi timp pot procesa simultan toate aceste date. Pe timpuri, dacă ambii parteneri dintrun cuplu se concentrau numai asupra sexului în timp ce făceau dragoste, puteau deveni ţinte pentru prădători. Cineva trebuia să fie capabil să rămână alert şi atent la ce se-ntâmplă în jur şi cele care au primit postul au fost

femeile. Pentru ca o femeie să rămână atentă numai la dragoste, un bărbat trebuie să aleagă timpul potrivit, să se asigure că ea nu este stresată, să pună o muzică blândă în surdină, dar care să acopere sunetele externe şi să o asigure că se află în siguranţă şi că nu va fi deranjată de nimeni.

9. Cum percep femeile agresiunea sexuală

Agresiunea sexuală poate fi definită în linii mari ca fiind o impunere a nevoilor sexuale personale altei persoane, fără permisiunea acesteia. Dr. David Buss a inventariat 147 de acţiuni supărătoare care au legătură cu sexul şi a descoperit că femeile considerau agresiunea sexuală ca fiind cel mai rău lucru pe care un bărbat l-ar fi putut face într-o relaţie (acest lucru este susţinut de 93-100% dintre femei). Această concluzie contrazice complet imaginile pornografice înfăţişate pe internet din care ar reieşi că femeile ar avea o puternică dorinţă de a fi implicate în acte violente de sex. Dacă o femeie visează să facă sex cu cineva, probabil că acela este un bărbat bogat şi chipeş care este gata să-i garanteze ei accesul la resursele sale – şi rareori e vorba de sex cu un şomer ratat, dur, dintr-o bucată, al cărui trup mai şi emană felurite mirosuri neplăcute. Bărbaţii erau mai puţin îngrijoraţi de agresiunea sexuală (43%), şi unii chiar au mărturisit că s-ar număra printre lucrurile care îi incită.

Buss a descoperit, de asemenea, că bărbaţii subestimează cu mult nivelul de agresiune sexuală acceptabil pentru o femeie. Cel mai rău lucru pe care bărbaţii consideră că l-ar putea face o femeie este să fie infidelă, act urmat îndeaproape de agresiunea verbală. În schimb, trei sferturi dintre femei supraestimau răspunsul unui bărbat în faţa agresiunii faţă de ea. Toate acestea indică faptul că unei femei probabil că nu-i va pica bine o pălmuire la fund, în timp ce pe un bărbat fie nu-l va deranja să facă asta, fie va fi de părere că este o idee bună. Într-o lume în care femeile cred că bărbaţii gândesc asemenea lor, iar bărbaţii sunt de părere că femeile gândesc ca ei, reţeta dezastrului este asigurată.

10. Cum văd femeile hărţuirea sexuală

Dintre toate plângerile care au ca obiect hărţuirea sexuală, 93% sunt făcute de femei, în vreme ce restul de 7% aparţin unor bărbaţi hărţuiţi de alţi bărbaţi. Ocazional se mai înregistrează şi plângeri de hărţuire prin care un bărbat acuză o femeie, dar de regulă acestea vizează alte motive, precum politicile de promovare la slujbă, şi nu hărţuirea sexuală propriu-zisă. La prima vedere s-ar părea că aceste statistici indică limpede faptul că aproape toate actele de agresiune sunt făcute de bărbaţi împotriva femeilor, dar mai trebuie ţinut cont şi de alţi câţiva factori: în primul rând, femeile percep un grad mai mare de stres cu privire la ceea ce reprezintă pentru ele o hărţuire şi, în al doilea rând, puţini bărbaţi raportează hărţuirea sexuală din partea unei femei – bărbaţii chiar visează la asta! David Buss a descoperit că pe o scară a incitării notată de la 1 la 7, o femeie care-şi freacă trupul de al unui bărbat într-un bar ar primi 6,07. Dacă un bărbat ar face acelaşi lucru unei femei, ea ar nota gestul cu 1,82, această acţiune constituind pentru foarte multe femei una care nu le stârneşte câtuşi de puţin.

Trei din patru plângeri sunt făcute de femei cu vârste cuprinse între 20 şi 35 de ani, astfel evidenţiindu-se felul în care potenţialul de a da naştere unor copii al unei femei acţionează ca un adevărat magnet. În schimb, numai foarte puţine plângeri sunt înaintate de femei în vârstă.

Pentru cele mai multe femei, hărţuirea sexuală din partea unui bărbat reprezintă o adevărată ofensă. Pentru cei mai mulţi bărbaţi, hărţuirea sexuală din partea unei femei reprezintă un compliment.

Barbara Gutek, profesoară de psihologie la Claremont Graduate School din California, a coordonat un studiu la locul de muncă în care angajaţilor li s-a solicitat să-şi noteze cum ar reacţiona dacă un coleg le-ar cere să facă sex cu el/ea. Ea a descoperit că 55% dintre femei au afirmat că în ultimii cinci ani au fost ţinta unor hărţuiri sexuale, în timp ce numai 9% dintre bărbaţi afirmă că au fost hărţuiţi sexual de către o femeie de la muncă, aceştia cu

greu recunoscând un asemenea lucru. Cercetătoarea a aflat, de asemenea, că 63% dintre femei s-ar simţi insultate de o asemenea cerere, faţă de numai 15% dintre bărbaţi, şi că 67% dintre bărbaţi s-ar simţi flataţi de propunere, faţă de numai 17% dintre femei.

David Buss a coordonat un alt experiment prin care le-a cerut femeilor să noteze gradul de iritare pe care l-ar resimţi dacă ar fi abordate de bărbaţi cu statuturi sociale diferite. Femeile se simţeau cel mai ofensate de cereri sexuale venite din partea unor muncitori în construcţii sau gunoieri (60% simţindu-se ofensate). Iritarea scădea în intensitate pe măsură ce slujba unui bărbat devenea tot mai bună şi potenţialul acestuia de a agonisi resurse devenea mai mare. O vedetă rock de succes sau absolventul unei universităţi prestigioase iritau numai 38% dintre femei, fapt care demonstrează rolul pe care îl joacă potenţialul unui bărbat de a strânge resurse în hotărârea unei femei de a face sex cu el.

11. De ce au femeile fantasme cu bărbaţi răi, foarte răi...

Pentru majoritatea femeilor, atracţia faţă de „băieţi răi” se manifestă de obicei pentru o perioadă de două, trei zile, atunci când se află la ovulaţie. Trupul femeii tânjeşte atunci după băiatul rău gen Russell Crowe, deoarece bărbaţii mai agresivi au un rating de supravieţuire mai mare decât cei de treabă –, iar ea doreşte genele lui. După cum am afirmat în cartea *Why Men Dont Have a Clue* & *Women Always Need More Shoes,* masculii dominanţi, în care colcăie testosteronul, au supravieţuit întotdeauna în detrimentul celor mai tăcuţi şi mai timizi, ceea ce, la un nivel primar, reprezintă un punct de atracţie pentru o femeie aflată în perioada de ovulaţie. Pentru restul lunii, ea se mulţumeşte să aibă alături un tip liniştit, de încredere şi grijuliu.

În timp ce o femeie caută în mod conştient un bărbat care îi poate oferi sprijin şi care îşi va lua un angajament ferm faţă de ea, îşi doreşte, de asemenea, şi un bărbat cu gene bune. Din nefericire, aceste două cerinţe nu se regăsesc întotdeauna la acelaşi bărbat. Acest lucru este evidenţiat şi de testele ADN

actuale, care dezvăluie că 10% dintre copiii născuţi în cadrul căsniciilor nu sunt vlăstare ale soţului. Probabil că aşa stau lucrurile de sute de ani, dar testele ADN au dovedit limpede această realitate.

În momente de stres ridicat, acest fenomen capătă amploare, deoarece, în faţa unui pericol iminent de moarte, creierul îi determină pe oameni să procreeze. Registrele maternităţilor din Marea Britanie au dovedit că, în timpul celui deal Doilea Război Mondial, unul din şase copii născuţi pe teritoriul britanic în cadrul căsniciilor nu era progenitura soţului. Combinaţia dintre stresul resimţit la vreme de război şi oportunităţile de împerechere cu soldaţii americani care se aflau în trecere a sporit dorinţa oamenilor de a procrea.

12. De ce atât de multe femei preferă ciocolata în locul sexului

Pentru bărbaţi ciocolata este un aliment ca oricare altul şi nu ceva ce dă dependenţă aşa cum se întâmplă în cazul a numeroase femei. Femeile care au niveluri scăzute de serotonină sunt mai predispuse dependenţei de ciocolată pentru că feniletilamina (FEA) – o substanţă care conferă o senzaţie de bine şi care se găseşte în ciocolată – le îmbunătăţeşte dispoziţia. Femeile mănâncă în timpul ciclului mai multă ciocolată decât oricând, iar ciocolata este prima alegere pentru dependenţii de heroină care încearcă să se reabiliteze. Ingredientele din ciocolată se ataşează, de asemenea, de receptorii canabinoizi din creierul feminin, ceea ce înseamnă că atunci când o femeie consumă ciocolată simte un soi de combinaţie între senzaţia de a fi îndrăgostit şi cea de a fi fumat marijuana.

Zece motive secrete pentru care femeile preferă ciocolata în locul sexului

1. Ciocolata te satisface şi când se înmoaie.
2. Poţi mânca liniştită ciocolată în timp ce conduci.
3. Poţi avea parte de ciocolată oriunde, chiar şi în faţa mamei tale.

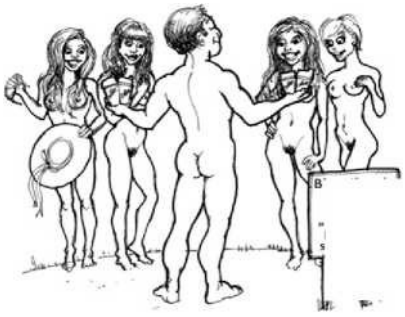
4. Poţi mânca ciocolată în orice moment al lunii.
5. Cu ciocolata nu-i nevoie să mimezi plăcerea.
6. Cuvântul „angajament” nu sperie ciocolata.
7. Te poţi înfrupta din ciocolată pe birou fără să-ţi superi şeful.
8. Consumul de ciocolată nu înseamnă că trebuie să-ţi scoli vecinii din somn.
9. După ce ai terminat cu ea, ciocolata nu te ţine trează cu sforăituri.
10. Când vine vorba de ciocolată, mărimea nu contează.

Rezumat

Probabil că v-aţi lămurit deja că femeilor chiar le face plăcere să facă sex, dar din motive foarte diferite decât cele ale bărbaţilor. Femeile îşi doresc să se simtă speciale, să fie respectate, să fie luate în seamă când se iau decizii importante şi speră să se pună preţ pe părerile lor. Pentru bărbaţii care citesc aceste rânduri ar trebui să ia în calcul faptul că dacă se vor purta altfel faţă de femei, considerându-le diferite de bărbaţi în ceea ce priveşte felul în care percep dragostea şi sexul, vor descoperi un nou univers al răspunsurilor sexuale feminine pe care nici nu şi l-ar fi putut închipui.

- **Înţelegerea faptului că bărbaţii şi femeile au nevoi şi motivaţii sexuale diferite este cheia spre o viaţă sexuală bună şi o relaţie fericită.**
- **Femeile au evoluat astfel încât să aibă un apetit sexual mai potolit decât bărbaţii, deoarece aveau nevoie de un răgaz după momentul naşterii, pentru a avea grijă de cei mici.**
- **Femeile au nevoie de stimuli emoţionali. Dacă bărbaţii doresc ca partenera să fie cea care iniţiază mai des sexul, trebuie să se arate drăgăstoşi, grijulii, şi să facă tot soiul de lucruri prin casă, precum spălatul vaselor; o femeie stresată va plasa sexul la coada listei ei de priorităţi.**
- **Femeile îşi doresc să facă sex, poate chiar mai frecvent decât recunosc.**

CAPITOLUL 10
13 strategii care vă pot îmbunătăţi ratingul de cuplare



Bob era extrem de popular. Era singurul bărbat din tabăra de nudişti care putea transporta patru cafele şi zece gogoşi.

Opt lucruri pe care le pot face bărbaţii pentru a-şi îmbunătăţi ratingul faţă de femei

Pe parcursul acestei cărţi v-am arătat principalele motivaţii pe care bărbaţii şi femeile le au în ceea ce priveşte dragostea şi sexul. Pornind de la cercetările pe care le-am menţionat în această carte, studii întreprinse de psihologi evoluţionişti şi biologi, iată un amplu rezumat al acelor lucruri pe care mai bine de 20 000 de femei au afirmat că le consideră paşi însemnaţi pe care îi poate face un bărbat pentru a-şi spori ratingul de cuplare.

1. Să arate angajament

Afişarea angajamentului este un magnet puternic pentru femei, deoarece implică potenţialul unui bărbat de a-şi împărţi cu ea resursele pe termen lung. Principalele semnale pe care femeile le folosesc pentru a identifica angajamentul unui bărbat sunt:

1. Manifestă interes şi îngrijorare cu privire la problemele ei. Acest lucru demonstrează că bărbatul îşi va respecta

angajamentul în vremuri dificile şi că îi va oferi femeii sprijin emoţional.

2. O curtare permanentă. Dacă o veţi scoate mereu în oraş, îi veţi cumpăra flori, îi veţi telefona, îi veţi trimite scrisori, SMS-uri şi emailuri, ea va deduce că aţi putea fi parteneri buni pe termen lung şi este mai probabil să vrea ceva mai mult decât partide trecătoare de sex. Studiile au arătat faptul că, cu cât este un bărbat mai insistent în a curta o femeie, cu atât e mai probabil ca aceasta să se mărite cu el. Singurul lucru de importanţă crucială în ceea ce priveşte curtarea permanentă este ca femeia să aibă un cât de mic interes în bărbatul respectiv. A persista cu atenţiile şi curtarea atunci când ea nu are niciun interes este o formă de hărţuire, o obsesie.

2. Să arate încredere de sine

În 1989, Barkow a descoperit faptul că nivelul încrederii de sine a unui bărbat este direct legat de venitul lui şi, aşadar, de resursele de care dispune, concluzie corelată şi cu aceea că bărbaţii care au venituri mai mari reuşesc să aibă mai multe partenere de sex pasager. Mai multe studii au demonstrat o realitate similară: cu cât un bărbat arată mai multă încredere de sine, cu atât îi va fi mai uşor să abordeze femei atrăgătoare într-un club sau bar. Simularea încrederii este, de asemenea, una dintre tacticile folosite de numeroşi bărbaţi ca încercare de a atrage femeile, dar cele mai multe dintre acestea se pricep destul de bine să adulmece orice urmă de prefăcătorie. Stabilirea unor obiective clare pentru îmbunătăţirea abilităţilor şi resurselor sale duce la creşterea încrederii în sine a unui bărbat, şi, ca urmare, corpul acestuia începe să producă încă şi mai mult testosteron, ceea ce îi sporeşte, de asemenea, încrederea în sine. Un bărbat ar trebui să-şi stabilească ţinte precise, să aibă interese felurite, să fie în formă bună din punct de vedere fizic şi să arate că este ambiţios.

3. Să arate bunătate

Bărbaţii care se poartă atent faţă de o femeie arată că sunt

sensibili faţă de nevoile ei sau fac lucruri utile indică faptul că vor fi alături de ea pe termen lung şi că îşi vor direcţiona resursele înspre ea. Cei mai mulţi dintre bărbaţii al căror unic scop este sexul, rapid şi pe termen scurt înţeleg această realitate şi vor simula bunătatea purtându-se cu mai multă atenţie, politeţe sau arătându- se mai plini de înţelegere decât sunt în mod obişnuit. Este genul de strategie pe care o vor folosi bărbaţii care caută sexul pasager. Acesta este şi cazul bărbatului atent din cale-afară cu o femeie pe care abia a întâlnit-o.

Din mai multe reviste pentru femei am pus cap la cap rezultatele a 53 de chestionare prin care femeile erau întrebate ce găsesc atrăgător la un bărbat. Pe lângă fidelitate, iată topul primelor cinci:

1. Să arate empatie şi înţelegere
2. Să asculte
3. Să fie manierat
4. Să fie grijuliu
5. Să ofere sprijin şi ajutor

Acestea sunt, de asemenea, şi cele mai puţin costisitoare strategii folosite de bărbaţi pentru a le atrage pe femei în scurte aventuri sexuale. Bărbaţii care caută sexul pasager vor proceda astfel speculând lucrurile pe care o femeie le caută la un partener permanent şi afişând toate virtuţile pe care ea şi le doreşte la bărbatul „perfect”. Simularea intenţiilor pe termen lung funcţionează satisfăcător numai în cazul bărbaţilor – femeile nu o folosesc niciodată.

4. Să afişeze calităţi fizice

Numeroase femei înţeleg că pentru a atrage un bărbat trebuie să-l facă să se simtă puternic, aşa că simulează neputinţa de a căra o geantă grea, de a deschide un borcan bine înfiletat sau de a omorî un păianjen. Atunci când li se cere să descrie bărbaţii de care sunt atrase, 92% dintre femei afirmă că preferă un bărbat cu braţe bine dezvoltate şi un piept puternic – cu alte

cuvinte, care arată ca un vânător de animale. Acum iată-ne în secolul XXI, în care există o sumedenie de cluburi şi săli de gimnastică şi săli de forţă în care bărbaţi care pufăie şi strâng din dinţi şi-mping la fiare se căznesc să-şi facă trupurile să arate ca şi cum ar fi capabile să prindă animale şi să înfrunte duşmani. Un corp masculin plini de muşchi nu are azi nicio altă funcţie practică în afară de aceea de a stârni admiraţia femeilor. O pereche de pătrăţele abdominale bine definite nu au în zilele noastre alt rol decât de a fi admirate de către femei.

Pentru a atrage femei, bărbaţii îşi vor arăta în mod instinctiv abilităţile de vânător practicând sporturi, împingând greutăţi, flexându-şi muşchii, cărând greutăţi şi deschizând borcane bine înfiletate. Studiile arată că bărbaţii cu o constituţie atletică au de două ori mai multă parte de sex pasager decât restul, mai puţin sportivi. Aşadar, cititorii bărbaţi ar putea să se alăture unui club de sănătate sau să înceapă propriul program de exerciţii pentru a ajunge într-o formă bună şi a se fortifica. După cum am spus deja, tipii graşi şi trândavi care seamănă la trup cu un măr se aleg cu femei frumoase numai în filme – iar filmele sunt ficţiune. Cu cât veţi fi într-o formă mai bună, cu atât vă va creşte stima de sine şi încrederea în forţele proprii şi veţi atrage partenere mai grozave.

Soţia mea se afla în bucătărie, pregătind ca de obicei ouăle fierte moi şi pâinea prăjită pentru micul dejun, purtând numai tricoul în care obişnuia să doarmă. Nici n-am apucat să intru că s-a întors către mine şi mi-a şoptit cu o voce suavă: „ Trebuie să faci dragoste cu mine chiar acum!” Ochii mi-au scânteiat şi mă întrebam dacă nu cumva visez sau aceea chiar era ziua mea norocoasă! Nemaidorind să pierd nicio clipă, am îmbrăţişat-o şi apoi am dat tot ce-am avut mai bun din mine, chiar acolo, pe masa din bucătărie. „Mulţumesc”, zise ea gâfâind şi se întoarse la aragaz, având încă tricoul în jurul gâtului. Bucuros, dar uşor nedumerit, am întrebat-o: „Ce-a fost asta?”„Ceasul aragazului s-a stricat şi voiam să ştiu cât trebuie fierte ouăle”, spuse ea.

---

5. Să poarte haine potrivite

Antropologii John Townsend şi Gary Levy de la Syracuse University au coordonat un experiment pentru a demonstra puterea hainelor scumpe de a atrage femeile. Li s-au arătat

femeilor fotografii în care apăreau bărbaţi îmbrăcaţi cu haine extrem de scumpe, costume din trei piese, sacouri albastre elegante, cămăşi albe şi cravate ale unor designeri cunoscuţi, purtând la mână ceasuri Rolex. Femeilor li s-a cerut să evalueze nivelul de atracţie pe care-l simt faţă de acei bărbaţi şi cât de probabil ar fi să accepte să iasă la o cafea, să accepte o întâlnire, să facă sex sau chiar să se mărite cu ei. Femeilor li s-au arătat apoi imagini ale exact aceloraşi bărbaţi, numai că îmbrăcaţi în haine mai modeste, precum tricouri şi blugi, maiouri, şepcuţe de baseball şi uniforme ale companiei Burger King. În ansamblu, femeile au afirmat că ar lua în calcul o cafea, o întâlnire, o partidă de sex sau chiar posibilitatea măritişului cu bărbaţii care purtau haine mai scumpe, dar nu ar lua în calcul aceleaşi lucruri cu bărbaţii îmbrăcaţi mai modest. Întocmai aceste rezultate au fost observate şi în alte culturi. Una peste alta, concluzia este că vânătorul cel mai iscusit, cel care are cireada cea mai bogată de vite sau cele mai multe bijuterii se alege cu majoritatea femeilor.

Elizabeth Hill, Elaine Nocks şi Lucinda Gardner au cercetat efectele atât ale hainelor, fizicului cât şi ale bijuteriilor asupra atractivităţii percepute ale femeilor şi bărbaţilor, intervievând 81 de femei şi 61 de bărbaţi, cu toţii studenţi. Înfăţişarea fizică a fost manipulată prin modificarea îngustimii veşmintelor şi a pielii lăsate la vedere; statutul social a fost manipulat prin folosirea de îmbrăcăminte diferită, specifică anumitor clase sociale. Subiecţii au notat ratingul reprezentanţilor sexului opus pentru mai multe categorii: fizic, posibilitatea unei întâlniri, grad de atractivitate sexuală sau în vederea unei căsătorii. Toate măsurătorile atractivităţii indicau ratinguri mai mari când modelele purtau haine mai deosebite, mai cu seamă atunci când fizicul nu era înfăţişat. Accentuarea tuşelor corpului producea o creştere în ansamblu a gradului de atractivitate sexuală, dar o scădere a celui de atractivitate în vederea căsătoriei.

Bărbaţii nu vor să arunce piese vestimentare. Aceştia vor continua să poarte boxeri chiar şi după ce elasticul acestora se va fi rupt şi singurul lucru care nu-i lasă să cadă este îndoitura dintre picioare a pantalonilor. Numeroase femei au o modalitate foarte simplă de testare a hainelor – dacă nu ai purtat un anumit lucru de mai bine de un an, la gunoi cu el. Dacă au trecut cele patru anotimpuri şi nu l-ai îmbrăcat, poţi să-i faci vânt, mai ales dacă e vorba de lenjerie de corp. Un bărbat ar trebui să-i ceară partenerei, sorei, mamei, vecinei sau oricărei prietene să-i facă o evaluare critică a garderobei şi să le îngăduie acestora să arunce tot ce e de aruncat.

6. Să demonstreze că e grijuliu

Psihologii evoluţionişti Peggy La Cerra, Leda Cosmides şi John Tooby au coordonat un experiment prin care le-au arătat femeilor imagini ale unui bărbat în trei ipostaze diferite: mai întâi bărbatul singur, apoi interacţionând pozitiv cu un bebeluş şi în cele din urmă fiind alături de un bebeluş care plânge, ignorându-l. Femeile au notat bărbatul care interacţiona cu bebeluşul ca fiind cel mai atrăgător, iar pe cel care îl ignora ca fiind cel mai puţin atrăgător. Atunci când bărbaţilor li s-au arătat imagini similare ale unei femei cu un copil, nu au fost sesizate diferenţe în ceea ce priveşte atracţia resimţită faţă de femeia respectivă. Aceleaşi rezultate cu privire la atracţia pe care o simt femeile faţă de bărbaţi au fost obţinute şi atunci când în locul copilului a fost folosit un căţeluş. În mod asemănător, bărbaţii s-au simţit la fel de atraşi de femeie, indiferent de comportamentul ei faţă de căţeluş, deşi au existat, totuşi, unii care au afirmat că, deşi e frumoasă, nu ar trebui să se poarte rău cu bietul câine. Cu copilul, mai treacă-meargă, dar nu cu câinele. Concluzia cu care trebuie să rămână bărbaţii după toate acestea e limpede: a acorda o deosebită atenţie copiilor sau animalelor de companie ale unei femei se va dovedi un lucru extrem de productiv.

7. Să arate onestitate

Afişarea onestităţii a fost considerată de femei printre primele 10 strategii pe care bărbaţii le pot folosi pentru a se alege cu o parteneră pe termen lung. De asemenea, funcţionează şi simularea ei pentru a obţine pe termen scurt o relaţie sexuală. Un bărbat care doreşte să impresioneze o potenţială parteneră pe termen lung nu ar trebui să exagereze în privinţa resurselor de care dispune şi nici a statutului său. A-i spune unei femei că ai o afacere de catering, când tu de fapt eşti doar un tip care livrează pizza se poate dovedi o strategie complet neinspirată, pe când dacă îi explici că eşti un bărbat care s-a hotărât să o ia de jos pentru a cunoaşte în amănunt toate dedesubturile afacerii astfel încât să ajungi într-o zi patronul propriei pizzerii o vei impresiona cu siguranţă. A fi un om onest nu înseamnă să răspunzi afirmativ atunci când o femeie te întreabă „Nu cumva am fundul prea mare?”. Înseamnă să-i spui că o iubeşti exact aşa cum este ea. Sigur, dacă ar slăbi niţel eşti de părere că s-ar simţi mai bine, dar pe tine asta nu te deranjează câtuşi de puţin.

Ea: „Rochia asta îmi face fundul să pară mare?”
El: „Nu, fundul tău face rochia să pară mare. „

---

8. Să îşi arate dragostea

Orice acţiune care dovedeşte dragoste este un semn al angajamentului. Aici intră cumpărarea unor cadouri speciale pentru ea, afişarea unui comportament afectuos – mai cu seamă în faţa altora – şi rostirea în mod frecvent a sintagmei „Te iubesc”. Femeile notează intensitatea afişării dragostei în funcţie de cantitatea de efort depus de un bărbat. Bărbaţii adeseori cred că a-ţi afişa dragostea echivalează cu a face un lucru deosebit sau costisitor. De exemplu, atunci când un tip îi trimite unei femei un buchet uriaş de flori, o invită la un restaurant scump sau lasă un bacşiş gras. Astfel de acţiuni cu siguranţă aduc bile albe în contul unui bărbat, dar pe termen lung de o importanţă crucială este efortul pe care acesta îl depune. Dacă el îi face viaţa mai uşoară ocupându- se de

obligaţiile casnice, având grijă de copii sau spălând vasele, astfel încât ea să aibă timp să se relaxeze la un masaj sau să meargă la cosmetică, atunci va puncta extrem de consistent în ochii ei. Eforturile depuse sunt mai importante decât lucrurile pe care le poate el cumpăra. Un bilet scris de mână de el în carei spune ei cât este de specială întrece oricând o bancnotă de 20 de lire sterline.

Cum vorbesc critic bărbaţii despre competitori

Un bărbat care doreşte să întreacă ratingul de cuplare al unui competitor o poate face insuflându-i unei femei ideea că acel rival nu este ambiţios, nu posedă cine ştie ce lucruri şi nu ar fi în stare să se impună şi să fie liderul unui grup. Cu alte cuvinte, el micşorează potenţialul rivalului de a agonisi putere şi resurse. Poate, de asemenea, micşora gradul de atractivitate a unui competitor încercând să sugereze ideea promiscuităţii, indicând că nu poate rămâne loial unei femei – ceea ce se traduce prin faptul că el şi-ar putea cheltui resursele în lung şi-n lat în loc să şi le canalizeze către femeia de alături. Ar putea spune în plus că rivalul are o prietenă stabilă şi/sau copii, indicând astfel faptul că acela ar dispune de resurse mai puţine pe care le-ar putea direcţiona către o nouă parteneră. Această abordare funcţionează, deoarece femeile sunt înclinate să aleagă bărbaţi care dispun de resurse sau au potenţialul de a le obţine. El nu spune că bărbatul celălalt este urât sau că îşi pierde părul, deoarece aceste lucruri sunt clasate foarte jos pe lista de doleanţe a unei femei. Din acest motiv, bărbaţii exagerează cu privire la criteriile care sunt importante pentru femei: le mint cu privire la slujbe, salarii, statut şi nivelul de angajament pentru a încerca să-şi crească ratingul de cuplare.

Cinci lucruri pe care le pot face femeile pentru a-şi spori ratingul de cuplare

Pornind de la cercetările la care au luat parte peste 20 000 de bărbaţi, iată un rezumat colectiv al celor mai eficiente acţiuni pe

care femeile le-ar putea întreprinde pentru a-şi spori gradul de atractivitate şi ratingul de cuplare.

1. Să îşi pună în valoare şi să îşi îmbunătăţească înfăţişarea

Am analizat chioşcurile de ziare din 24 de ţări şi am descoperit că pretutindeni sunt scoase în faţă aceleaşi imagini şi aceleaşi poveşti. Într-o ordine a priorităţilor, iată principalele articole de primă pagină care apar în revistele pentru femei:

1. Cum să vă îmbunătăţiţi înfăţişarea
   > > >)
2. Cum să oferiţi sau să aveţi parte de sex mai bun
3. Relatări despre relaţia/sănătatea/înfăţişarea cuiva
4. Mâncare – fie despre gătit, fie despre respectarea unei diete
5. Teste şi concursuri pentru a evalua compatibilitatea cu un bărbat într-o

Femeilor li se spune cum să-şi îmbunătăţească înfăţişarea pentru a obţine mai multă dragoste şi sex, dar apoi în reviste există şi pagini în care li se dau indicaţii despre cum trebuie preparată mâncarea, ceea ce le va face pe femei să se îndepărteze întocmai de obiectivele menţionate anterior pentru că se vor îngrăşa.

Comparaţi astfel de articole cu acelea care figurează pe copertele revistelor pentru bărbaţi, articole în care se arată:

1. Cum să vă tonifiaţi musculatura
2. Cum să vă îmbunătăţiţi virilitatea
3. Cum să aveţi parte de mai multe partide de sex pasager
4. Articole care au legătură cu deplasările sau testosteronul – pescuitul, computerele, vânătoarea, sporturile, maşinile şi carierele.

Din pricina faptului că bărbaţii pun atât de mult preţ pe înfăţişarea unei femei, acestea se străduiesc să arate mai valoroase din punct de vedere reproducător, afişând tinereţe,

sănătate şi atractivitate fizică. Femeile petrec de trei ori mai mult timp decât bărbaţii pentru a se îngriji de înfăţişarea lor fizică, şi cheltuiesc de 15 ori mai mult pe produse destinate să le întreţine acea înfăţişare. Femeile care nu reuşesc acest lucru îşi cam pierd avantajele în acest joc al cuplurilor. Deşi, totuşi, unii bărbaţi au ajuns să folosească acum anumite produse cosmetice, de obicei aceştia se mărginesc la a folosi loţiuni după ras, creme pentru piele şi produse pentru îngrijirea părului. Un bărbat care cheltuieşte prea mult timp pentru a se îngriji de felul cum arată este privit de către femei fie ca fiind egoist, fie ca posibil *gay,* în ambele cazuri atractivitatea în ochii femeilor având de suferit.

Aproape toate mijloacele externe vizuale care pot fi de folos sunt folosite de către femei pentru a-i atrage pe bărbaţi. Aici intră folosirea de tocuri înalte astfel încât picioarele lor să pară mai lungi (fertilitate mai ridicată), unghii artificiale astfel încât mâinile să pară mai lungi, implanturi mamare pentru a arăta mai tinere, veşminte închise la culoare sau dungi verticale pentru a părea mai slabe, vopsitul părului, chirurgia plastică, folosirea de peruci sau căptuşitul hainelor. În secolul al XIX-lea, multe dintre aceste tehnici erau ilegale, iar o femeie putea fi întemniţată dacă s-ar fi folosit de ele pentru a atrage un bărbat.

Motivul pentru care aceste strategii funcţionează este pentru că au la bază preferinţele profund înrădăcinate în creierele bărbaţilor. Nu e vorba de faptul că femeile ar dori să facă aceste lucruri, ci de aceea că bărbaţii le doresc, iar femeile sunt conştiente de acest lucru.

Un cerşetor se apropie de o femeie bine îmbrăcată care îşi făcea cumpărăturile într-o zonă scumpă din Beverly Hills şi îi spuse: „Nu am mâncat nimic de patru zile. „ Femeia se uită la el şi îi zise: „Omule, mi-aş fi dorit să am şi eu o asemenea voinţă!”

Chirurgia plastică şi industria produselor cosmetice ţintesc nevoia femeilor de a-şi îmbunătăţi felul în care arată şi de a apărea mai tinere şi mai sănătoase în ochii bărbaţilor. Fondul de ten acoperă în mod omogen pielea şi ascunde orice dovadă a unor posibile probleme de sănătate, iar o operaţie de înlăturare

a ridurilor înlătură semnele de fertilitate scăzută. Rujurile şi injecţiile cu colagen măresc buzele, iar tonurile roşiatice simulează o puternică irigaţie sanguină, fapt care transmite semnalul că o femeie ar putea fi receptivă din punct de vedere sexual. Rimelul face astfel încât ochii să pară mai larg deschişi şi mai receptivi faţă de bărbaţi, iar şampoanele şi balsamurile de păr indică faptul că starea de sănătate recentă a unei femei a fost excelentă. Bărbaţii consideră obrajii îmbujoraţi un semn de sănătate, astfel încât femeile folosesc *blush* pentru a-i păcăli. Deoarece bărbaţii sunt atraşi de sâni tineri şi fermi, femeile folosesc sutiene cu *push-up* sau apelează la operaţii de implanturi mamare. Femeile care procedează astfel pretind că o fac pentru „a se simţi mai bine în pielea lor". Adevărul este că se simt mai bine în pielea lor pentru că bărbaţii sunt mai atraşi de ele. Pe copertele revistelor care se adresează unui public feminin apar femei care afişează indiciile de tinereţe şi sănătate la care aspiră orice femeie, în vreme ce revistele pentru bărbaţi înfăţişează femei tinere care afişează aceleaşi indicii, plus anumite poziţii şi gesturi ale limbajului trupului care indică disponibilitatea sexuală. Pe copertele unor reviste pentru bărbaţi chiar apar bărbaţi numai atunci când este vorba de cum îşi pot aceştia îmbunătăţi înfăţişarea, clădindu-şi un corp puternic, ca şi cum ar fi gata de luptă împotriva unei fiare uriaşe.

2. Să scoată în evidenţă fidelitatea

Dr. David Buss a identificat 130 de strategii de atracţie în rândul oamenilor din 22 de culturi diferite. Iată cele mai importante trei lucruri pe care bărbaţii afirmă că le doresc de la femei:

1. Fidelitate
2. Evitarea sexului cu alţi bărbaţi
3. Manifestarea devotamentului

Aceste trăsături au fost clasate de bărbaţi ca fiind importante pentru cel puţin 93% din ei; dacă o femeie le respectă, ele

reprezintă nişte indicatori foarte puternici care dovedesc paternitatea unui bărbat. Bărbaţii din timpuri străvechi nu aveau la dispoziţie nicio metodă pentru a afla dacă un copil era cu adevărat al lor, dar aveau un harem de femei, astfel încât şansele unui bărbat de a-şi creşte proprii copii erau ridicate. Cele trei caracteristici menţionate mai sus ar trebui să fie mai importante pentru bărbaţii secolului XXI decât pentru strămoşii lor, deoarece femeile din ziua de azi insistă asupra monogamiei. Asta înseamnă că opţiunile unui bărbat de a-şi transmite genele mai departe se limitează la o singură femeie, astfel încât acesta are nevoie de garanţii mai serioase pentru a fi sigur de paternitatea lui.

După cum am amintit înainte, abia după ce testele ADN au devenit o practică obişnuită, s-a demonstrat că în Marea Britanie, spre exemplu, un copil din 11 născuţi în cadrul mariajelor nu este al soţului. De aceea, a afirma că o rivală nu poate fi fidelă unui singur bărbat s-a dovedit a fi una dintre cele mai eficiente strategii pe care le poate întrebuinţa o femeie. Ideea aici este că o asemenea tactică funcţionează numai atunci când un bărbat caută o femeie pentru o relaţie de lungă durată. Pentru un bărbat care nu urmăreşte decât aventuri şi are o listă de cuceriri pe termen scurt, o femeie despre care se spune că ar fi alunecoasă şi uşuratică este cu atât mai interesantă.

Faptul că bărbaţii detestă promiscuitatea feminină la partenere pe termen lung a condus la peste 100 de cuvinte diferite în ultimii 1 000 de ani pentru a descrie o femeie uşuratică, majoritatea acestor cuvinte nefiind câtuşi de puţin vorbe „de dulce”. Sunt foarte puţine – dacă sunt – cuvintele negative care sunt folosite pentru a descrie promiscuitatea bărbaţilor, iar aceşti termeni sunt de regulă folosiţi cu o anumită conotaţie, de mândrie sau invidie. Printre cuvintele folosite pentru femei se numără: curvă, târfa, paraşută, coardă, futăcioasă, târâtură, ştoarfă, boarfă, prostituată, devoratoare de bărbaţi, femeie uşoară, rea de muscă, centralistă, nimfomană, damă de companie, curvuliţă, piţipoancă, urjumă, guristă, japiţă, rachetă, centuristă, damă de noapte sau curviştină.

Acum iată câteva cuvinte folosite pentru a-i descrie pe bărbaţi: zeu al sexului, armăsar, dependent de sex, cocoş, playboy, călăreţ, macho man, crai, gigolo, nărăvaş, pizdar, fustangiu, berbec, afemeiat, futălău, fălos, cu paloşu mereu sculat, pulerez, don Juan, curvar, supercordac, tivitor, vaginar, parpalea, puliman, Casanova. O parte dacă nu chiar cele mai multe dintre aceste cuvinte sunt în mod direct sau indirect complimente pentru bărbaţi.

Cele mai bune trei căi prin care femeile îşi pot scoate în evidenţă fidelitatea sunt:

1. Să nu vorbească despre bărbaţii din relaţiile anterioare.
2. Să nu flirteze cu alţi bărbaţi.
3. Să nu facă sex foarte devreme la începutul unei relaţii noi. Devreme înseamnă înainte ca el să demonstreze că este gata să-şi împartă cu voi resursele şi timpul.

3. Să joace rolul celei greu de prins

A face pe timida, ruşinoasa, sfioasa este, de asemenea, o strategie eficientă folosită de femei atunci când au de-a face cu bărbaţi care îşi doresc o relaţie de lungă durată. Timiditatea funcţionează în acest caz în relaţia cu bărbaţii, deoarece indică faptul că o femeie ar putea fi greu de cucerit ceea ce reprezintă un bun indicator al fidelităţii. Dacă o femeie este o „pradă uşoară”, un bărbat va presupune că ea va fi şi la îndemâna altor bărbaţi, fapt care îi compromite lui certitudinile cu privire la paternitatea viitorilor copii. A juca rolul celei greu de prins este o excelentă strategie, deoarece face apel la două motivaţii primitive din mintea bărbaţilor: fidelitatea şi siguranţa că odraslele sunt cu adevărat ale lor.

„Sunt eu primul bărbat din lume cu care ai făcut dragoste?” întrebă el. „N-ar fi exclus, zise ea. Parcă te ştiu de undeva. „

Oamenii de pretutindeni sunt cât se poate de interesaţi de reputaţia sexuală a altora şi din această pricină numeroase emisiuni TV precum *Jerry Springer, Ricki Lake, Maury Povich* şi

Jeremy Kyle pun accentul pe acest subiect – cine se culcă cu cine, de câte ori, de ce, unde şi când, cine e tatăl? Cu toate acestea, pentru bărbaţii care caută o parteneră sexuală trecătoare timiditatea poate fi ceva negativ, deoarece indică faptul că ar fi nevoie de prea multă muncă de convingere, prea multe resurse investite din punctul lui de vedere. O femeie care amână partidele de sex îşi sporeşte ratingul de cuplare, deoarece îl obligă pe bărbat să o privească drept posibilă parteneră pe termen lung.

Acceptarea sexului într-o fază incipientă a unei relaţii îl face pe bărbat să perceapă femeia respectivă ca fiind doar o parteneră de sex pasager.

---

4. Să lase la vedere mai puţină piele

Nocks, Hill şi Gardner le-au arătat bărbaţilor şi femeilor o serie de imagini ale unor reprezentanţi ai sexului opus în care era expusă mai multă sau mai puţină piele. Cu cât o femeie lăsa la vedere mai multă piele, cu atât o considerau bărbaţii o mai bună parteneră sexuală potenţială pe termen lung, dar mai puţin potrivită pentru o relaţie de lungă durată. Cu cât veşmintele ei erau mai strâmte sau lăsau să se întrevadă mai mult, cu atât mai mult puncta ea ca parteneră sexuală pe termen scurt, sau era cotată mai jos ca posibilă soţie.

Femeile au notat bărbaţii îmbrăcaţi mai sumar sau care purtau haine care lăsau mai mult corp la vedere ca fiind bune partide pe termen scurt, dar îi considerau pe cei îmbrăcaţi din cap până-n picioare ca fiind mai potriviţi ca soţi. Cu cât fusta unei femei era mai scurtă sau decolteul mai generos, cu atât

bărbaţii îşi aminteau mai puţin (asta în caz că le mai păsa) ce spunea femeia respectivă.

Lecţia care trebuie deprinsă de aici este simplă: cu cât o femeie acoperă mai multă piele (mai cu seamă în zonele erotice), cu atât este ea percepută ca fiind o parteneră potenţială mai bună pe termen lung.

5. Să pară naive, lipsite de ajutor, ascultătoare şi cuminţi

Dr. Buss a descoperit că aceste strategii funcţionează destul de bine pentru atragerea de parteneri pe termen scurt (în 48% din cazuri), dar nu sunt la fel de eficiente pentru a atrage parteneri pe termen lung (23%). Ideea principală a acestor strategii este că un bărbat animat de dorinţe pe termen scurt este mai puţin probabil să fie respins de o femeie naivă, ascultătoare sau lipsită de ajutor şi i-ar fi uşor să o manipuleze. Aşa se explică vechea poveste cu „blonda cea săracă cu duhul”.

Cum îşi critică femeile competitoarele

Când o femeie vrea să diminueze ratingul de cuplare al unei rivale, îi critică acesteia frumuseţea şi sănătatea. Ar putea induce ideea că acea femeie are sâni falşi, că s-a operat pentru eliminarea ridurilor, suferă de o boală cu transmitere sexuală sau că trece cu uşurinţă dintr-un aşternut într-altul. Aceste acuzaţii funcţionează, deoarece creierele bărbaţilor sunt predispuse să caute sănătatea, tinereţea şi fidelitatea. Ea nu ar spune niciodată că rivala are o slujbă de nimic sau că locuieşte cu chirie. Când vine vorba de exagerări, femeile îi mint pe bărbaţi cu privire la vârstă (tinereţe), cât de mulţi iubiţi au avut (fidelitate) şi despre sănătatea lor (prin folosirea de produse cosmetice, tocuri înalte, chirurgie estetică şi aşa mai departe).

Deoarece bărbaţii pun atât de mult preţ pe felul în care arată o femeie, acestea nu doar că se străduiesc să-şi îmbunătăţească înfăţişarea, ci critică şi fizicul rivalelor. Îşi denigrează competitoarele, spunând despre ele că sunt grase, urâte, că nu au forme frumoase sau că nu sunt atrăgătoare: „Ai văzut-o în ce fel arată nemachiată?” sau „Tipa aia are buze/ţâţe false sau se machiază prea mult.” Nu veţi auzi niciodată o femeie spunând despre o rivală că este lipsită de ambiţii sau că are o maşină de doi bani. Critica la adresa fidelităţii unei femei funcţionează numai în cazul bărbaţilor care caută partenere pentru relaţii de lungă durată. Dacă spuneţi despre o femeie că este o târfă, aceasta devine de îndată mai atrăgătoare pentru bărbaţii care caută numai aventuri trecătoare.

să-l iubeşti puţin. Pentru a fi fericit alături de o femeie, trebuie să o iubeşti mult şi să nu încerci câtuşi de puţin să o înţelegi.

- **Este posibil să-ţi creşti ratingul de cuplare în ochii reprezentanţilor sexului opus.**
  - **Bărbaţii ar trebui să arate empatie şi să le sprijine pe femeile din viaţa lor. Mici dovezi ale afecţiunii sau ataşamentului reprezintă mult mai mult pentru femei decât nişte cadouri mari şi costisitoare.**
  - **Dacă doresc să-şi îmbunătăţească ratingul de cuplare, femeile ar trebui să-şi scoată în evidenţă fidelitatea, să evite să lase prea multă piele la vedere, să se concentreze asupra înfăţişării lor.**
  - **Atât bărbaţii, cât şi femeile îşi vor critica din plin competitorii pentru a le scădea ratingul de cuplare. Bărbaţii vor critica resursele altor bărbaţi sau le vor contesta acestora potenţialul de a agonisi resurse, în timp ce femeile vor ataca felul în care arată alte femei.**

CAPITOLUL 11
Un viitor mai fericit împreună?

Indiferent de vârsta biologică, ori de câte ori ne îndrăgostim devenim adolescenţi. Noua femeie îşi doreşte să simtă fiorul iubirii, să aibă parte de o poveste de dragoste, de aventură, de pasiune sexuală, dar îşi doreşte şi să rămână o persoană liberă şi independentă. Visul ei este să găsească un bărbat care să o iubească şi care să-i îngăduie toate aceste lucruri. Noul bărbat îşi doreşte ce şi-a dorit orice bărbat dintotdeauna – să fie admirat, respectat, înţeles şi vrea ca partenera să-i fie fidelă. Şi dacă nu ar fi neapărat necesar pentru ea din punct de vedere financiar să lucreze, ar prefera ca ea să nu o facă. Militantele feministe pornesc de la ideea că de mii de ani bărbaţii controlează resursele lumii şi le controlează şi pe femei pentru că le lasă însărcinate, astfel împiedicându-le să-şi obţină propria putere şi resurse. Când veţi studia cu atenţie istoria, aceste argumente cu siguranţă vor părea adevărate – cel puţin la prima

vedere. Dar dacă veţi face un pas înapoi şi veţi încerca să vedeţi tabloul mai mare al speciei umane, veţi vedea că se naşte o întrebare importantă – de ce au evoluat bărbaţii astfel încât să îşi dorească să obţină resurse, putere, statut? Răspunsul este că femeile au evoluat ca purtătoare de copii şi îşi doreau parteneri care dispuneau de resursele necesare pentru a-şi hrăni şi a-şi proteja copiii. Cei mai mulţi bărbaţi ştiu acest lucru la un nivel subconştient şi acesta este motivul pentru care ei îşi petrec toată viaţa în căutarea unui statut şi a resurselor pentru a se ridica la nivelul cerinţelor impuse de femei. Din ce alt motiv bărbaţii de pretutindeni s-ar înfrunta unii pe alţii şi şi-ar distruge sănătatea, dacă nu pentru slujbe mai bune, salarii mai mari, un statut mai privilegiat? O fac pentru că sunt conştienţi că dacă îi întrec pe alţi bărbaţi la capitole precum statutul sau întrecerea resurselor, vor putea atrage partenere de o mai bună calitate. Dacă bărbaţii nu ar fi nevoiţi să se cupleze cu femei, nu sar mai simţi nicidecum obligaţi să îndeplinească toate criteriile legate de resurse stabilite de femei. Bărbaţii ar alege o viaţă mult mai puţin stresantă, ar pleca la pescuit, ar bea bere, ar aţipi sau ar trage vânturi ori de câte ori ar dori.

În prezent, femeile din întreaga lume continuă să caute bărbaţi care dispun de resurse sau care au potenţialul de a obţine aceste resurse. De asemenea, îi resping pe bărbaţii lipsiţi de resurse sau care nu au nici ambiţia de a le obţine. Unii oameni vor arăta de îndată cu degetul înspre cuplurile în care femeia este cea care aduce mai multe resurse, iar bărbatul este genul aşezat, la locul lui, dar astfel de cupluri alcătuiesc o minoritate neînsemnată.

Bărbaţii care se căsătoresc câştigă mai mulţi bani decât bărbaţii care nu se căsătoresc şi au aceeaşi vârstă cu ei.
>)

Unele feministe pretind că principalul obiectiv al unui bărbat este să le oprime pe femei. Realitatea este că bărbaţii se întrec între ei pentru a obţine putere, statut şi resurse, nu concurează

cu femeile. Bărbaţii se iau la întrecere pentru aşi disputa femeile disponibile şi se folosesc de criteriile femeilor pentru a-şi evalua succesul în jocul resurselor. Nu doar că din pricina acestor permanente întreceri bărbaţii mor în medie cu şapte ani mai devreme decât femeile, dar majoritatea crimelor implică bărbaţi care omoară alţi bărbaţi din pricini care ţin de „treburile inimii".

Închipuiţi-vă cum ar fi dacă bărbaţii le-ar răspunde cu aceeaşi monedă femeilor în ceea ce priveşte nevoia lor de legătură şi ar folosi discuţiile drept liant social. Imaginaţi-vă un bărbat zicând: „Vorbeşti la telefon ore-n şir cu prietenele tale – nu cumva nu mă mai iubeşti? Nu sunt suficient de bun pentru a vorbi şi cu mine?" sau„Pe mine nu mă iei niciodată când cumperi pantofi – mereu te duci cu Josephine. Pe mine mă vrei doar pentru sex!"

Din nefericire, bărbaţii sunt puşi la zid din pricina imboldurilor lor naturale, în vreme ce femeile sunt lăudate pentru ale lor zicându-se despre ele că sunt „excelente comunicatoare". Dacă ar exista, într-adevăr, egalitate întru totul, bărbaţii ar trebui să fie lăudaţi pentru a fi nişte „reproducători minunaţi".

Deloc surprinzător, 76% dintre bărbaţi neagă faptul că evaluează o femeie din punct de vedere sexual, mai cu seamă, deoarece se tem de criticile care ar putea veni din partea femeilor, de a fi acuzaţi de hărţuire sexuală sau pentru că respectă „corectitudinea politică".

Oamenii căsătoriţi alcătuiesc în zilele noastre o minoritate

S-a zis cu căsătoria? Cei care sunt căsătoriţi probabil că alcătuiesc acum o minoritate. Cuplurile căsătorite, al căror număr de zeci de ani este într-o continuă scădere în Occident, au ajuns să fie minoritare în SUA începând cu 2006. Cercetarea *American Community Survey,* dată publicităţii de Biroul American pentru Statistică, a arătat că 49,7%, sau 55 200 000, din cele 111 200 000 de gospodării americane erau alcătuite din persoane căsătorite – cu sau fără copii – procent în scădere de la 52%, cât se înregistra cu numai 5 ani în urmă. Cu o tot mai

mare competiţie a altor feluri de a trăi, instituţia căsătoriei s-a aflat de zeci de ani într-o prăbuşire continuă.

În 1930, procentul respectiv era de 84%. Până în 1990, proporţia oamenilor căsătoriţi a scăzut până la aproximativ 56%. Cercetarea nu a scos la iveală şi detalii cu privire la orientarea sexuală, chestionarul având ca scop să evidenţieze distincţia între parteneri şi simpli colegi de cameră.

În Marea Britanie, cuplurile care trăiau în concubinaj au depăşit, în 2008, ca număr cuplurile căsătorite, potrivit Oficiului Naţional pentru Statistică. Între 1998 şi 2007, numărul adulţilor înregistraţi ca fiind căsătoriţi a scăzut cu 8%, iar în 2007, mai puţin de jumătate dintre femeile cu vârste cuprinse între 18 şi 49 de ani erau căsătorite, spre deosebire de aproximativ 75% dintre cele intervievate în 1979. De trei ori mai multe femei erau nemăritate în 2007 faţă de 1979. În 2006, au fost oficiate numai 236 980 căsătorii pe teritoriul Angliei şi Ţării Galilor, cel mai mic număr înregistrat din 1895 încoace. Căsătoria are de înfruntat o competiţie tot mai acerbă, un număr tot mai mare de adulţi alegând să trăiască singuri sau în concubinaj.

Cuplurile pot decide să trăiască împreună din multe motive, dar date fiind dificultăţile găsirii unei locuinţe convenabile, aspectele practice pot fi aproape la fel de importante ca dragostea, deoarece în doi se poate trăi mai ieftin decât pe cont propriu. Mulţi spun în zilele noastre că a accepta în prealabil o formă de coabitare e ca şi cum ai lua parte la un soi de *test drive* relaţional.

Indiferent de ce ne va aduce viitorul, este de o importanţă vitală pentru supravieţuirea omului să iubească şi să fie iubit. În California, mai mulţi cercetători medicali au realizat un studiu timp de 9 ani în care au analizat răspunsurile a 7 000 de subiecţi, bărbaţi şi femei. Cercetătorii au descoperit că aceia care erau lipsiţi de prieteni, rude, nu aveau soţi sau iubiţi şi nici nu făceau parte din felurite grupuri sau comunităţi erau de 1,9 până la 3,1 ori mai predispuşi să moară în această perioadă.

Un studiu similar desfăşurat în Suedia a urmărit 17 000 de

bărbaţi şi femei dea lungul unei perioade de şase ani şi a scos la iveală faptul că aceia care se simţeau singuri sau izolaţi erau de 4 ori mai predispuşi să moară în perioada respectivă, indiferent de rasă, sex sau formă fizică.

Sunt tinerii din ziua de azi mai informaţi?

Un studiu desfăşurat în Marea Britanie a dezvăluit că 80% dintre adolescenţi îşi pierd virginitatea la beţie sau când sunt forţaţi de împrejurări să întreţină relaţii sexuale şi mai bine de jumătate dintre ei fac sex neprotejat. Analiza răspunsurilor a peste 3 000 de elevi cu vârste cuprinse între 15 şi 18 ani a evidenţiat faptul că 39% dintre aceştia au făcut sex pentru prima oară fără ca unul dintre parteneri să consimtă. Aproximativ trei din zece şi-au pierdut virginitatea din „cauze negative”, precum dorinţa de a-i face pe plac prietenului. Mai departe, 51% dintre fete şi 37% dintre băieţi au făcut sex neprotejat, în timp ce 58% dintre fete şi 39% dintre băieţi s-au culcat cel puţin o dată cu cineva fără a folosi prezervativ. Aceste statistici dezvăluie cât de mare este ignoranţa care i-a determinat pe adolescenţi să facă sex neprotejat.

Dovezi care au rezultat de pe urma unor studii care au vizat copii din familii divorţate arată că mai toţi copiii vor folosi aceleaşi strategii pentru găsirea unui partener pe care le-au folosit şi părinţii lor. În cazurile în care părinţii se despart, copiii trag concluzia că nu te poţi bizui pentru toată viaţa pe un singur partener. Aceştia ajung mai repede la pubertate, fetele au prima menstruaţie la o vârstă mai fragedă, iar adolescenţii fac sex mai devreme decât cei ai căror părinţi au rămas împreună.

Toţi aceşti factori indică faptul că tinerii din ziua de azi sunt din unele puncte de vedere mai informaţi cu privire la sex decât au fost părinţii lor, dar au o atitudine mai puţin responsabilă cu privire la siguranţa vieţii lor private şi sunt mai predispuşi să rişte sarcini nedorite, contractarea de boli cu transmitere sexuală sau SIDA decât au fost vreodată părinţii lor.

„Nu eşti cumva exagerat de precaut?”

De ce o nouă dragoste pare întotdeauna atât de promiţătoare

La fel cum se întâmplă şi în cazul altor specii animale, trecutul ne predispune la a fi atraşi de parteneri cu care să putem da naştere la urmaşi mai puternici. Din acest motiv vă puteţi pomeni că sunteţi atraşi uneori de cineva care nu respectă niciunul dintre criteriile de pe lista voastră de doleanţe. Dar numai faptul că puteţi produce urmaşi puternici împreună cu cineva, nu înseamnă că veţi şi trăi fericiţi până la adânci bătrâneţi alături de acea persoană. De aceea, un bărbat va folosi replici încercate şi verificate pentru a convinge o femeie că ea este aleasa lui – „Niciodată nu m-am mai simţit astfel faţă de o femeie” şi „Avem o legătură spirituală profundă”. Este important ca o femeie să înţeleagă că un bărbat care spune astfel de lucruri într-un stadiu incipient al unei relaţii este probabil forţat de substanţele care sunt secretate în corpul lui să facă sau să spună tot ce este necesar pentru a-i da jos slipul. Substanţele din creierul ei o silesc de regulă să creadă astfel de fraze, iar detectorul ei de minciuni este în aceste momente închis. Sigur, savuraţi experienţa şi bucuraţi-vă de deliciile unei iubiri timpurii, dar ţineţi minte că din punct de vedere emoţional este mai sigur să vă aşteptaţi la o legătură mai puţin durabilă decât pare în aceste momente. În afara cazului în care bărbatul îşi doreşte o relaţie permanentă, femeia este pur şi simplu o pradă, iar el este vânătorul. Cei mai mulţi dintre bărbaţi la începutul unei noi relaţii nu se aşteaptă ca aceasta să fie de lungă durată. Bărbatul îşi doreşte o femeie care să-i împlinească

nevoile fundamentale şi care să-i stârnească secreţia unor substanţe la nivelul creierului. Atunci când acest lucru nu se mai întâmplă, el va face un pas înapoi, va negocia cu ea sau o va schimba cu altcineva.

Cu siguranţă suntem diferiţi

Există în momentul de faţă nenumărate dovezi care atestă că bărbaţii şi femeile gândesc şi se comportă în mod diferit. Următoarele amănunte reprezintă noi dovezi ale acestor variaţii de comportament.

Cum să faceţi duş ca o femeie

1. Daţi-vă jos hainele şi lăsaţi-le într-un coş de rufe murdare, deosebindu-le pe cele colorate de albituri, pe cele sintetice de cele naturale sau făcute manual.
2. Îndreptaţi-vă către baie purtând un halat lung. Dacă soţul apare prin preajmă, acoperiţi iute orice petic de piele ar putea fi zărit şi grăbiţi pasul către baie.
3. Priviţi la trupul feminin din oglindă şi scoateţi-vă în evidenţă abdomenul.
4. Plângeţi-vă şi bociţi puţin pentru că v-aţi îngrăşat.
5. Intraţi în cabina de duş.
6. Căutaţi loţiunea pentru faţă, gelul pentru corp, diferiţi bureţi de baie, mai lungi sau mai laţi, piatra ponce.
7. Spălaţi-vă o dată pe cap cu un şampon cu avocado şi castravete, plus alte 83 de vitamine.
8. Spălaţi-vă încă o dată cu şamponul cu avocado şi castravete, plus alte 83 de vitamine.
9. Folosiţi un balsam cu avocado şi castravete şi uleiuri de portocale. Nu vă clătiţi părul timp de 15 minute.
10. Spălaţi-vă pe faţă timp de zece minute cu o cremă exfoliantă din caise.
11. Spălaţi-vă pe restul corpului cu un gel de corp cu arome de biscuiţi şi prăjituri.
12. Clătiţi-vă părul, stăruind asupra lui cel puţin 15 minute pentru a vă asigura că s-a dus tot balsamul.

13. Epilaţi-vă la subsuoară şi pe picioare. Luaţi în calcul şi zona inghinală, dar hotărâţi-vă în cele din urmă ca pentru aceasta să folosiţi ceară.
14. Ţipaţi cât vă ţin puterile când soţul trage apa la toaletă, motiv pentru care scade presiunea apei reci şi vă opăriţi.
15. Închideţi robinetul.
16. Ştergeţi cu mare grijă toate suprafeţele ude din cabina de duş.
17. Acoperiţi orice urmă cât de mică de mucegai cu spray contra mucegaiului.
18. leşiţi din cabina de duş.
19. Ştergeţi-vă cu un prosop de mărimea unui mic stat african.
20. Înfăşuraţi-vă părul într-un al doilea prosop, şi mai absorbant.
21. Verificaţi-vă corpul pentru a vedea cele mai mici urme, coşuri sau fire de păr. În caz că depistaţi ceva, treceţi la atac folosind unghiile sau o pensetă.
22. Întoarceţi-vă în dormitor purtând un halat lung şi cu părul înfăşurat în prosop. Dacă soţul apare prin preajmă, acoperiţi iute orice petic de piele ar putea fi zărit şi grăbiţi pasul către dormitor unde veţi petrece o oră şi jumătate pentru a vă îmbrăca.

Cum să faceţi duş ca un bărbat

1. Scoateţi-vă hainele în timp ce staţi pe marginea patului şi lăsaţi-le mototolite într-o grămăjoară.
2. Îndreptaţi-vă către baie în pielea goală. Dacă soţia apare prin preajmă, scuturaţi-vă niţel penisul, scoţând un sunet specific: „uuu, uuu”.
3. Priviţi-vă în oglindă fizicul masculin şi sugeţi burta. Admiraţi-vă mărimea penisului în timp ce vă scărpinaţi în fund.
4. Intraţi la duş.
5. Nu vă mai chinuiţi să căutaţi prosoapele de baie.
6. Udaţi-vă faţa.
7. Daţi cu apă la subsuori.

8. Suflaţi-vă nasul în palme, apoi clătiţi-le.
9. Minunaţi-vă de cât de tare răsună vânturile trase la duş.
10. Petreceţi majoritatea timpului spălând locurile private şi zonele înconjurătoare.
11. Spălaţi-vă la fund, lăsând pe săpunul pe care l-aţi folosit în acest scop fire de păr.
12. Şamponaţi-vă părul. (Nu folosiţi balsam.)
13. Faceţi-vă o creastă de şampon în vârful capului.
14. Scoateţi capul din cabina de duş pentru a vedea cum arătaţi în oglindă.
15. Urinaţi în cabina de duş ţintind gaura de scurgere.
16. Clătiţi-vă pe tot corpul şi ieşiţi din cabină. Nu luaţi în seamă apa de pe podea, datorată cel mai probabil faptului că aţi uitat să trageţi perdeaua.
17. Ştergeţi-vă parţial.
18. Priviţi-vă în oglindă. Întindeţi-vă muşchii. Admiraţi încă o dată mărimea penisului.
19. Lăsaţi la o parte perdeluţa de la duş, udaţi mocheta de pe podea şi stropiţi din greşeală ventilatorul şi becurile aprinse.
20. Întoarceţi-vă în dormitor cu un prosop în jurul taliei. Daţi-vă jos prosopul, scuturaţi penisul către nevastă, exclamaţi cu satisfacţie „Da, păpuşă!” şi daţi insinuant din pelvis.
21. Aruncaţi pe pat prosopul ud. Îmbrăcaţi-vă cu hainele pe care le-aţi purtat şi în ziua precedentă.

Opusele chiar se atrag?

Foarte probabil, vechiul clişeu potrivit căruia „opusele se atrag” a cauzat mai multe bătăi de cap şi despărţiri între bărbaţi şi femei decât oricare altul. E ca şi cum ai spune că partenerii care alcătuiesc un cuplu vor fi atraşi unul de altul, chiar dacă ei îi place curăţenia, iar el îşi aruncă hainele pe jos, dacă el este înnebunit după fotbal, iar ea nu suportă meciurile, dacă ea iubeşte galeriile de artă în timp ce lui îi plac discotecile, sau chiar dacă el nu pune băutură în gură, iar ea aproape că este alcoolică. Toate studiile care analizează comportamentele,

atitudinile şi longevitatea cuplurilor arată limpede că deşi în stadiile incipiente ale unei relaţii există o oarecare atracţie între opuse, pe termen lung aceasta reprezintă reţeta sigură pentru certuri şi despărţiri. Cuplurile care nu se potrivesc în ceea ce priveşte valorile şi concepţiile fundamentale se îndreaptă cu siguranţă către divorţ.

Asta nu înseamnă că toate cuplurile care au multe caracteristici opuse şi idealuri diferite nu vor dura – o mică parte dintre ele chiar vor reuşi – dar în cele mai multe cazuri, vieţile partenerilor vor fi în permanenţă bombardate de certuri şi neînţelegeri. Acest lucru face ca orice progres împreună cu scopul atingerii unor ţeluri comune să fie lent şi greoi. Când cuplurile au diferite obiective în viaţă, pierd un timp preţios încăpăţânându-se să meargă în direcţii opuse. David Buss a descoperit că acele cupluri care au parte de cele mai satisfăcătoare relaţii pe termen lung şi suferă cele mai puţine despărţiri sunt cele care au în comun aceeaşi rasă, religie sau apartenenţă la un grup etnic şi care ţin la aceleaşi valori, viziuni sau idealuri sociale, morale, etice şi politice.

Secretul în acest caz este de a găsi parteneri pe termen lung cu aceleaşi idealuri şi valori. Cu alte cuvinte, de a găsi pe cineva cu care să împărtăşiţi aceleaşi valori şi convingeri fundamentale.

Cei mai proşti amanţi din lume

Aşadar, care bărbaţi din lume sunt văzuţi drept cei mai buni amanţi şi care drept cei mai proşti? În 2005, Bayer Healthcare a dat publicităţii un raport intitulat „Sexul şi femeia modernă”, în cadrul căruia au fost intervievate 12 065 femei cu vârste de peste 40 de ani, din 16 ţări diferite, acestora adresându- li-se întrebări cu privire la nivelul de satisfacţie sexuală produsă de bărbaţii lor. Printre ţările analizate s-au numărat: Brazilia, Franţa, Germania, Italia, Mexic, Polonia, Arabia Saudită, Africa de Sud, Spania, Turcia, Marea Britanie, Australia şi Venezuela. Puţini sunt cei care vor ghici care femei s-au declarat cele mai satisfăcute. Este vorba de cele din Arabia Saudită, urmate de cele din Mexic, Spania, Italia şi Venezuela. Femeile din Arabia

Saudită se simt cele mai satisfăcute şi mai împlinite per ansamblu (92%) şi au cele mai ridicate cifre din această cercetare, 64% dintre ele afirmând că sunt „foarte satisfăcute”. Aproape toate femeile saudite cred că satisfacţia sexuală a partenerului lor este, de asemenea, „esenţială” sau „importantă” (97%). Femeile din Turcia sunt cel mai puţin satisfăcute în general (65%), doar 32% fiind foarte satisfăcute de vieţile lor sexuale.

Femeile din Arabia Saudită sunt cele mai satisfăcute femei din lume din punct de vedere sexual.

Dr. John Dean, unul dintre consultanţii studiului respectiv, a afirmat că în Arabia Saudită, la fel ca în majoritatea celorlalte societăţi arabe, sexul joacă un rol foarte important în căsnicie; este un dar care trebuie savurat, iar bărbatul şi nevasta au îndatorirea de a-l împărtăşi. În general, în lumea musulmană sexul este ceva exclusiv rezervat cuplurilor căsătorite. În Coran, bărbaţii sunt învăţaţi că femeile se cuvine să fie respectate şi nevoile lor trebuie îndeplinite, iar petrecerea timpului împreună este importantă. În Coran citim că: „Nu se cuvine ca bărbatul să se prăbuşească asupra femeii lui asemenea unei cămile. Mult mai cuviincios este un act precum cel al misionarului.” O altă indicaţie adresată bărbaţilor este că: „Femeile au tot la fel de multe drepturi cât şi obligaţii.” Femeile din Arabia Saudită sunt conştiente de importanţa sexului. Îşi doresc ca sexul să le împlinească şi sunt, de asemenea, pregătite să le ofere acest lucru soţilor lor.

Cum văd sexul femeile din alte ţări

Femeile care s-au declarat cele mai satisfăcute au considerat sexul ca fiind foarte important în viaţa lor. În America Latină, 92% dintre femei consideră satisfacţia partenerului ca fiind „esenţială” sau „importantă”, în vreme ce 91% consideră acelaşi lucru despre propria satisfacţie, iar 82% dintre femeile din Venezuela considerau sexul ca fiind important în viaţa lor. Femeile din Mexic urmează în top, 80% dintre acestea considerând că sexul este „important” pentru ele.

Numai 61% dintre femeile din Marea Britanie au afirmat că sexul joacă un rol „important” în vieţile lor şi numai 13% dintre franţuzoaice simţeau acelaşi lucru. Aproximativ 30% dintre femeile din Germania considerau sexul ca fiind „nu foarte important” sau „câtuşi de puţin important” în vieţile lor, în vreme ce 32% dintre femeile din Turcia afirmau acelaşi lucru.

Spontaneitatea în cadrul partidelor de sex, este „esenţială” sau „importantă” numai pentru 92% dintre italience – Polonia a fost a doua cu 91% –, dar numai 18% dintre britanice văd spontaneitatea în cadrul vieţii lor sexuale ca fiind „esenţială”. Acesta a fost cel mai scăzut procentaj dintre toate.

Femeile din Franţa sunt cele care îsi doresc cel mai mult o îmbunătăţire a vieţii >) > > lor sexuale (37%), iar 26% dintre ele îşi doresc „uneori” ceva îmbunătăţiri. Femeile din Italia par a fi ceva mai mulţumite, numai 4% dintre ele dorind deseori o îmbunătăţire a vieţii sexuale şi 14% dorindu-şi acest lucru „uneori”.

Cine nu are parte de satisfacţii?

Cele mai puţin satisfăcute femei din lumea occidentală sunt cele din Australia, 33% dintre ele afirmând că vieţile lor sexuale nu erau „prea” sau chiar „deloc” satisfăcătoare, în comparaţie cu media globală de numai 16%. Doar 26% dintre australience îşi considerau viaţa sexuală ca fiind „foarte satisfăcătoare”, iar 36% erau „oarecum fericite”.

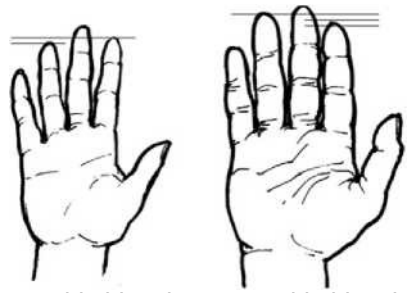
La un sondaj similar iniţiat de reţeaua de socializare WAYN.com au luat parte 10 000 de femei din 50 de ţări, ele fiind întrebate pe cine consideră cei mai buni amanţi şi ce anume le displace la bărbaţi din diferite ţări. Chestionarul a evidenţiat faptul că bărbaţii germani erau consideraţi cei mai proşti amanţi din lume, deoarece erau din cale-afară de egoişti. Pe locul doi au fost cotaţi bărbaţii suedezi, care sunt prea rapizi, bărbaţii olandezi completând podiumul, deoarece sunt prea lipsiţi de delicateţe. Americanii (prea dominanţi) erau pe locul patru, urmaţi de galezi (prea neglijenţi), scoţieni (prea gălăgioşi) şi turci (care transpiră abundent). Englezii erau pe locul al zecelea (prea graşi), urmaţi de greci, care miroseau prea puternic şi

apoi de ruşi, care erau prea păroşi. Cei mai buni amanţi erau italienii şi francezii.

O femeie se întâlneşte cu un bărbat intr-un bar. Vorbesc, socializează şi pleacă împreună. Ajung la apartamentul lui, iar ea observă că dormitorul lui este plin de ursuleţi de pluş drăgălaşi. Sunt cu sutele, cei mai mici pe podea, cei potriviţi pe un raft ceva mai sus şi cei mai mari pe raftul cel mai înalt. Ea se simte surprinsă de faptul că acest om are o asemenea colecţie minunată de ursuleţi şi este impresionată de latura lui sensibilă. Se întoarce la el, cei doi se sărută, apoi după care fac dragoste foarte aprinşi. După o noapte intensă de pasiune cu acest om sensibil, iată-i întinşi alături, relaxându-se. Ea se rostogoleşte către el şi-l întreabă: „Cum a fost pentru tine?" „Alege-ţi ce premiu doreşti de pe raftul de

Urmăriţi apetitul şi succesul sexual În sfârşit, ştiinţa a venit cu propria variantă de citit în palmă. Studiile recente au arătat că absolut orice lucru, de la înclinarea către un anumit sport, până la aptitudini intelectuale sau de la orientarea sexuală până la predispoziţia faţă de o anumită boală se poate citi în funcţie de lungimea degetelor.

Iată în cele ce urmează un experiment despre mâini pe care îl puteţi face chiar acum. Ţineţi mâna în faţă şi încercaţi să ţineţi degetele perfect drepte. Acum observaţi diferenţele (în caz că există) între degetul arătător şi cel inelar. Raportul dintre degetul arătător şi cel inelar s-a demonstrat că are legătură cu expunerea faţă de testosteron a uterului.



Raport tipic al degetelor pentru o femeie.

Raport tipic al degetelor pentru un bărbat.

În medie, bărbaţii tind să aibă degete inelare mai lungi decât femeile, care au în schimb arătătoare mai lungi. Cu cât este mai ridicat nivelul testosteronului, cu atât mai mare va fi lungimea degetului inelar şi cu atât mai „masculin" va fi orice copil născut

cu acest raport, indiferent dacă este băiat sau fată.

Se ştie de ceva vreme că acei oameni care au degete inelare mai lungi au o înclinaţie către performanţe sportive, mai cu seamă la alergări şi fotbal, iar ştiinţa ne arată acum de ce se petrece acest lucru – degetul inelar are un număr mai mare de receptori de testosteron decât celelalte degete. Degetul arătător are un număr mai mare de receptori de estrogen. Un nivel ridicat al testosteronului îi determină pe oameni să-şi aleagă anumite profesii şi este răspunzător pentru orientarea sexuală, determinând, de asemenea, apetitul sexual.

O persoană al cărei deget arătător este mai scurt decât cel inelar a fost expusă la mai mult testosteron pe când se afla în uterul matern, pe când cineva care are arătătorul mai lung decât inelarul a primit mai mult estrogen. Aceste studii lămuresc de ce femeile al căror deget arătător este mai lung au tendinţa de a fi mai fertile decât cele care nu-l au. Diferenţa de lungime poate fi de numai 2- 3%, dar contează destul de mult pentru influenţarea feminităţii sau masculinităţii cuiva.

„Ridică-ţi mâna şi arată-mi degetele”, îi ceru Ivor noii sale cuceriri. „Dar de ce?” întrebă ea. „ Vreau să-ţi admir lacul de unghii”, îi răspunse el.

În 2007, dr. Mark Brosnan de la Universitatea din Bath a evaluat 100 de bărbaţi şi femei, descoperind că un arătător mai lung indica abilităţi de exprimare în scris şi verbal foarte bune. Acestea sunt capacităţile creierului dominate mai cu seamă de femei. Brosnan a descoperit, de asemenea, că mai toţi copiii – atât băieţi, cât şi fete – care aveau degetul inelar mai lung sunt mai buni la matematică şi fizică decât cei care au un raport invers între lungimea degetelor. S-a ajuns şi la concluzia că un deget inelar mai lung poate fi în cazul băieţilor un lucru care să indice autismul, boală care este de patru ori mai frecventă la băieţi decât în rândul fetelor, şi că aceşti băieţi s-ar putea confrunta cu un risc sporit de atacuri cardiace când ajung la maturitate. Lesbienele este mai probabil să aibă degete inelare mai lungi, fapt care arată că au fost expuse la niveluri mai

ridicate de testosteron în uterul matern.

Profesorul John Manning, autorul volumului TZ*e Finger Book,* a afirmat că raportul între degete s-a decis în stadiile incipiente ale sarcinii şi că acesta reprezenta o măsură a expunerii la testosteron şi estrogen, fiind, aşadar, un indicator al potenţialului ulterior de dezvoltare al unei persoane. Acesta a condus cercetări care i-au vizat pe bărbaţii homosexuali, despre care s-a descoperit că prezentau acelaşi raport între degete ca şi femeile, fapt care arată că au primit mai puţin testosteron în perioada prenatală.

În 2008, John Coates şi colegii săi de la Universitatea Cambridge au măsurat mâinile drepte pentru 44 de bărbaţi londonezi care lucrau la bursă şi au recoltat probe de salivă de la ei dimineaţa şi seara. I-au urmărit pe brokeri timp de 20 de luni şi au descoperit că aceia care aveau degete inelare mai lungi faţă de cele arătătoare au făcut de 11 ori mai mulţi bani decât aceia care aveau inelarele cele mai scurte. Pe parcursul aceleiaşi perioade, brokerii cei mai experimentaţi au făcut de aproximativ nouă ori mai mult profit decât cei mai puţin experimentaţi. Analizându-i pe brokerii cu experienţă, cei care aveau degetul inelar mai lung câştigau de aproximativ cinci ori mai mult decât cei care aveau degetul mai scurt. S-a descoperit, de asemenea, şi că aceia care aveau un nivel ridicat de testosteron în tim-pul dimineţii aveau mai multe şanse să facă profituri mari pe parcursul acelei zile. Se crede că raportul dintre degete pare să indice probabilitatea atingerii profitului în tranzacţii, unde este nevoie de reacţii rapide şi de capacitatea de asumare a unor riscuri, deoarece testosteronul influenţează agresivitatea, încrederea şi disponibilitatea de asumare a unor riscuri.

Ştiinţa dragostei în viitor

Este foarte probabil ca ştiinţa să joace un rol important în viitor în felul în care iubim.

Studiile genetice cu privire la împerechere şi la curtare s-au limitat până acum la studiul animalelor şi la întrebări relativ

simple. Cele mai spectaculoase studii de acest fel au fost efectuate pe şoareci de câmp americani, o specie de rozătoare. Aceştia sunt monogami şi sunt înrudiţi cu şoarecele de munte, care însă nu stabileşte nicio legătură cu un partener, ci se împerechează cu orice exemplar din aceeaşi specie care-i iese în cale. Cercetătorii Thomas Insel şi Larry Young de la Emory University din Atlanta, Georgia, au descoperit la monogamul şoarece de câmpie o genă care lipseşte de la cel poligam, de munte. Gena respectivă a fost introdusă la şoareci de munte, masculi. Această simplă manipulare genetică i-a „vindecat” de promiscuitate pe jucăuşii poligami. Foarte curând va fi posibil să fie modificaţi oamenii din punct de vedere genetic pentru a deveni monogami convinşi sau dimpotrivă, aprinşi maniaci sexuali.

Dragostea şi căsătoria depind numai de chimie. Din acest motiv una o consideră deseori pe cealaltă deşeu toxic.

Adulmecând un partener bun

Oamenii de ştiinţă care studiază genetica şi preferinţele în ceea ce priveşte alegerea partenerilor au demonstrat că fiecare dintre noi este atras de oameni care au un anumit bagaj genetic, cunoscut sub numele de Complex Major de Histocompatibilitate (CMH). CMH este o familie de gene care le permit moleculelor ce alcătuiesc sistemul imunitar să identifice invadatorii. Cu cât sunt mai diferite genele CMH ale părinţilor, cu atât mai puternice vor fi sistemele imunitate ale copiilor. În 1995, Claus Wedekind, profesor de biologie la Universitatea din Lausanne, Elveţia, a coordonat celebrul experiment cu „tricoul transpirat”, care a arătat cum, în mod inconştient, alegem parteneri cu un CMH cât mai diferit de al nostru. Le-a cerut mai multor femei să miroasă tricouri purtate două nopţi la rând de bărbaţi care între timp nu au folosit deodorant, apă de toaletă sau săpun. Tricourile au fost depozitate în cutii perfect identice. Femeilor li s-a cerut să le miroasă şi să le nominalizeze pe cele de care se simţeau cel mai atrase. Într-o majoritate covârşitoare, femeile

au preferat mirosurile unor bărbaţi al căror CMH era cât mai diferit de al lor. Un alt studiu din 2002 a demonstrat cum folosim, în principal, mirosul pentru a detecta CMH-ul unei persoane.

Cu toate acestea însă, dacă luau contraceptive orale, preferinţele lor se schimbau. În 2005, un studiu la care au participat 58 de femei care luau pilule contraceptive a demonstrat că folosirea acestora le făcea pe femei să prefere bărbaţii cu un CMH similar cu al lor. Femeile care au participat la experiment şi care nu luau astfel de pastile nu au avut nicio preferinţă anume. Asta demonstrează că o femeie care ia anticoncepţionale îşi alege partenerul în funcţie de instinctul ei natural. Astfel de studii arată că oamenii adulmecă la propriu feromonii posibililor parteneri, iar femeile preferă mirosul unor bărbaţi simetrici din punct de vedere fizic. Asta înseamnă de fapt „chimia sexuală”. Veţi şti că aţi simţit-o pe pielea voastră atunci când veţi întâlni pe cineva şi fără vreun aparent motiv anume, vă veţi simţi excitaţi în prezenţa acelei persoane.

Partenerul potrivit ar putea fi chiar sub nasul vostru.

Diferenţele de rasă se reflectă în detectarea CMH. În 2008, profesorul Peter Donnelly, directorul Welcome Trust Center for Human Genetics din cadrul Universităţii din Oxford, alături de colegii lui a demonstrat că CMH are legătură cu alegerile de parteneri când vine vorba de americani cu origini europene, dar nu şi în cazul celor cu origini africane.

Medicamentele şi alte mijloace curative care sunt dezvoltate îi pot face pe oameni să se îndrăgostească, sau dimpotrivă, să nu mai iubească persoana de alături, după cum îi pot face şi să îşi revină mai repede după o relaţie încheiată, aşa că ne întrebăm ce ne poate rezerva viitorul în ceea ce priveşte dragostea? O mai bună cunoaştere a unui lucru adeseori atrage după sine capacitatea de a controla şi manipula acel lucru. Oamenii se vor putea imuniza împotriva dragostei folosind tratamente care preîntâmpină de la bun început apariţia fenomenelor ce însoţesc

dorinţa şi dragostea pasională. Cineva cu un istoric modest în privinţa relaţiilor personale se poate hotărî că posibilitatea unei iubiri noi ar fi pur şi simplu prea dureros de îndurat şi să dorească să se protejeze de orice distrageri amoroase, alegând să se dedice dezvoltării carierei. Sau se pot hotărî că dragostea este mult prea costisitoare şi că ar fi mai bine fără ea. Sau poate vor dori să scape de partener îndopându-l cu o substanţă care să-i taie orice urmă de dragoste sau care... să-l facă să se îndrăgostească de voi.

Pentru dragoste şi îndrăgostiţi, viitorul are de oferit noi perspective pe care până acum le-am văzut numai în filme.

Zece motive pentru care sexul este un bun medicament

1. Sexul vindecă depresiile uşoare, deoarece determină secreţia de endomorfine în sânge, ceea ce produce o stare euforică, un sentiment de bunăstare.
2. Sexul este un antihistaminic natural. Poate ajuta la combaterea febrei sau a astmului. Nimeni nu se alege cu nasul înfundat în timp ce face dragoste.
3. Făcând dragoste puteţi arde toate acele calorii pe care le-aţi înmagazinat de pe urma unei cine romantice.
4. Sexul tonifică aproximativ orice muşchi din corpul uman şi este mai distractiv decât să înotaţi 20 de lungimi de bazin.
5. În timp ce fac dragoste, femeile produc mari cantităţi de estrogen, care determină părul să strălucească şi le conferă netezime pielii.
6. Cu cât faceţi mai des sex, cu atât mai frecvent vi se va oferi. Un corp activ din punct de vedere sexual secretă mari cantităţi de feromoni. Aceste subtile parfumuri sexuale îi pun pe jar pe reprezentanţii sexului opus.
7. Sexul este un tranchilizant de vreo zece ori mai eficient decât Valiumul.
8. Săruturile fac astfel încât saliva să cureţe urmele de alimente rămase printre dinţi şi reduc nivelul acidităţii bucale, fapt care micşorează pericolul apariţiei cariilor şi a depunerilor de

tartru.

9. Sexul înlătură durerile de cap, deoarece conduce la detensionarea vaselor de sânge de la nivelul creierului.
10. Făcând dragoste lent, relaxat, scad şansele unor dermatite, erupţii cutanate sau de urticarie. Transpiraţia produsă curăţă porii şi face pielea să strălucească.

Cum au fost păcăliţi atât de mulţi

Pledoaria pentru corectitudinea politică se încăpăţânează să se opună tot mai numeroaselor dovezi care atestă faptul că ne-am născut cu anumite diferenţe la nivelul creierului care ne determină preferinţele şi alegerile. Orice părinte care creşte atât un băiat, cât şi o fată poate depune mărturie că deşi le acordă dragoste în mod egal copiilor săi, le oferă şanse egale, egalitate în orice, răspunsurile din partea celor doi vor fi diferite. Dăruiţi un ursuleţ de jucărie atât unui băiat, cât şi unei fetiţe de trei ani şi veţi vedea cum fata începe să-l îngrijească, îi dă un nume, iar ursul devine cel mai bun prieten al ei. Băiatul în schimb îl va rezema de un gard, va începe să arunce cu lucruri înspre el, îl va face bucăţi pentru a vedea din ce şi cum este alcătuit şi în cele din urmă va pleca, lăsând în urmă o mizerie de nedescris. În timp ce o fată ascultă în linişte cum cântă o pasăre în copac, fratele ei va încerca să o lovească cu o piatră. Părinţii nu şi-au învăţat niciodată copiii să se poarte în acest fel, pur şi simplu astfel de comportamente sunt înrădăcinate în sinea lor încă de când se află în uterul matern. Şi astfel bărbaţii vor continua să arunce ocheade oricărei femei cu sânii mari care trece pe lângă ei, la fel procedând şi femeile cu orice bărbat bine făcut, cu ceas de aur la mână, un funduleţ mic, un zâmbet simpatic şi o maşină arătoasă.

Despre un bărbat nu se mai spune că „a făcut ditamai burdihanul de la bere” sau că „s-a rătăcit în timp ce conducea”; în schimb el posedă acum „un dispozitiv de stocare a băuturilor obţinute prin fermentare” sau „investighează destinaţii alternative”. Acesta nu mai e un „boşorog chel” căruia îi fug ochii după „prospături”; este acum o persoană care suferă de „regresie foliculară” şi care preferă „relaţiile între generaţii diferite”. O femeie nu se mai numeşte „o paraşută cu balcoane mari” care este „rea de muscă”; ea este acum „o doamnă în

---

pas cu timpurile în ceea ce priveşte sânii" şi care „a fost în trecut o însoţitoare plăcută".

Cine cu cine se alege?

În viaţa reală, există numai un mic procent de potenţiali parteneri extrem de atrăgători. Aceştia sunt doriţi de marea majoritate a oamenilor care, de fapt, nu au ei înşişi ratinguri de cuplare foarte ridicate. Din acest motiv cei mai mulţi se mulţumesc cu parteneri care au aproximativ acelaşi rating de cuplare ca şi ei. Majoritatea oamenilor nu recunosc lucrurile mărunte pe care le fac zi de zi ca făcând parte din nevoia de a intra cu succes în competiţie pentru atragerea de parteneri. De exemplu, puţine femei îşi dau seama că achiziţionarea unei creme de faţă pentru înlăturarea ridurilor, ori a unui ruj care să le evidenţieze buzele, sau a unui balsam care să le facă părul să strălucească reprezintă o încercare de a întrece alte femei în a atrage atenţia bărbaţilor. Bărbaţii care trag de fiare într-o sală de forţă nu se gândesc că încearcă să-i întreacă pe alţi bărbaţi în a părea în stare să vâneze şi să înfrunte animale mari pentru a avea ce pune pe masă familiei. Cu alte cuvinte, să încerce să arate ca şi cum ar putea avea control asupra resurselor.

Din cauza felului în care au evoluat criteriile de selecţie a partenerilor la femei şi bărbaţi, este practic imposibil pentru un cuplu să vieţuiască fără ca din când în când să apară conflicte, pe măsură ce se schimbă circumstanţele. Odată ce veţi accepta că este inevitabilă apariţia conflictelor şi veţi alege strategii pentru a le înfrunta, viaţa voastră alături de sexul opus va ajunge să fie mult mai lină. Orice convingeri pe care le-aţi putea avea cu privire la relaţii lipsite de conflicte ar trebui trecute la capitolul de poveşti de adormit copiii sau ficţiune. Calea către adevărata fericire relaţională este de a înţelege nevoile partenerului şi de a avea drept scop îndeplinirea acestor nevoi.

Relaţiile se aseamănă binişor cu o slujbă cu normă întreagă şi ar trebui să le tratăm ca atare. Dacă partenerul vrea să vă părăsească, ar trebui să vă dea un preaviz de două săptămâni. Ar trebui să existe plăţi compensatorii, bonusuri de

performanţă şi, înainte de despărţire, partenerul ar trebui să fie nevoit să găsească o alternativă temporară pentru voi.

Bob Ettinger

De ce probabil evoluţia s-a încheiat

Atât în presa de popularizare, cât şi în cea ştiinţifică există o adevărată pasiune în a da publicităţii studii care scot în evidenţă diferenţele, în timp ce se manifestă tendinţa ignorării cercetărilor mai obişnuite care indică faptul că nu există distincţii de gen fundamentale. E mult mai uşor să uităm că bărbaţii şi femeile sunt mai degrabă asemănători decât diferiţi, sau că oamenii se mai schimbă cu timpul, atât la nivel individual, cât şi ca societate în ansamblu. Principalele diferenţe de gen de la nivel cognitiv s-au tot diminuat pe parcursul ultimelor trei decenii, inclusiv deosebirile „tradiţionale", precum superioritatea feminină în ceea ce priveşte abilităţile verbale şi cea masculină în ştiinţe exacte precum matematica.

Una dintre cele mai recente explicaţii pentru acest fapt este susţinută de teoria potrivit căreia copiii nu mai sunt despărţiţi în ceea ce priveşte activităţile „de băieţi" sau „de fete", iar comportamentul are o relaţie profund interactivă cu activitatea hormonală şi dezvoltarea unor abilităţi cognitive şi structuri cerebrale – de exemplu, joaca de-a trânta, care pe vremuri era mai obişnuită în rândul băieţilor, ar putea ajuta la dezvoltarea abilităţilor spaţiale.

Iată în cele ce urmează patru secrete importante pentru a dobândi fericirea în cadrul unei relaţii:

1. **Să aveţi un mentor al relaţiei –** este vorba de o persoană care să poată vedea limpede tot ce întreprindeţi în cadrul unei noi relaţii.
2. **Nu vă aşteptaţi ca în fiecare nouă cunoştinţă să-l descoperiţi pe „cel ales"**. Din punct de vedere statistic, nu va fi aşa. Recunoaşteţi, de asemenea, faptul că numeroase relaţii ratate pot deveni, totuşi, prietenii de

lungă durată.

3. **Evitaţi capcana vacanţelor**. Multe cupluri cred în mod eronat că a pleca împreună într-o vacanţă este calea de a revigora sau întări o relaţie. Călătoriile sunt stresante şi numeroase relaţii ajung să şchioapete în perioada vacanţelor din pricina alcoolului, a emoţiilor puternice sau a unui mediu nefamiliar. Niciodată nu mergeţi cu o persoană pe care o cunoaşteţi de puţină vreme în locuri care vă pot stârni amintiri dintr-o relaţie precedentă.
4. **Evitaţi capcana copiilor**. De asemenea, numeroase cupluri cred în mod greşit că, într-un fel sau altul, naşterea unui copil le va repara ca prin farmec problemele relaţionale. În schimb, de obicei se întâmplă exact pe dos. Copilul devine centrul atenţiei, viaţa sexuală a cuplului intră în concediu, iar problemele cu care se confruntă se amplifică. Niciodată să nu faceţi un copil dacă nu aveţi o relaţie puternică şi stabilă şi dacă nu vă doriţi amândoi copilul respectiv. Altminteri, nefericirea, divorţul şi haosul sunt aproape inevitabile.

Când trebuie discutate problemele

Cele mai multe discuţii cu privire la ce ne place sau nu ne place cu privire la viaţa sexuală au loc de obicei atunci când subiectul este prezent în minte. Din nefericire, acest lucru se petrece imediat înainte, în timpul sau după sex, momente care sunt cel mai puţin potrivite pentru a discuta cu privire la sex, deoarece fiecare partener are tendinţa de a se simţi vulnerabil. Mai bine mergeţi altundeva cu partenerul, în afara casei – la plajă, într-un parc, la o cafenea – pentru a discuta ceea ce vă place şi ce nu vă place. Astfel fiecare persoană îşi poate păstra obiectivitatea, din moment ce sexul este puţin probabil să se petreacă în asemenea locuri (pentru majoritatea oamenilor).

Pentru o femeie, această situaţie poate deveni tot mai delicată odată cu trecerea timpului, pe măsură ce atracţia gravitaţională începe să-şi facă simţită prezenţa asupra înfăţişării, astfel încât ea va avea nevoie de mai mult sprijin din partea bărbatului care

trebuie să-i spună că încă mai este o persoană sexy şi atrăgătoare. Dacă nu primeşte acest sprijin, se prea poate ca ea să înceapă să-i respingă avansurile. Bărbatul trebuie să înţeleagă faptul că pe măsură ce o femeie înaintează în vârstă, aceasta are nevoie de tot mai multe asigurări că este încă sexy şi atrăgătoare în ochii lui. În schimb, ea trebuie să priceapă că atunci când un bărbat tânjeşte după sex este atât de copleşit de testosteron încât nici nu va mai băga de seamă că ea are riduri.

„Eşti un amant jalnic!" protestă ea. „ Cum ţi-ai putut da seama de asta în numai patru minute?" îi răspunse el.

Rezumat

Realitatea că majoritatea preferinţelor noastre în ceea ce priveşte alegerea partenerilor şi dorinţele sexuale sunt înnăscute şi înrădăcinate în creierele noastre nu ne condamnă neapărat la a fi controlaţi întru totul de biologie. Bărbaţii nu sunt osândiţi să aibă nişte vieţi agitate din pricina nevoii de varietate sexuală pe care o resimt, iar femeile nu sunt blestemate să-şi petreacă vieţile criticându-i pe bărbaţi pentru lipsa de angajament. Noi, oamenii, ne deosebim de alte specii animale prin aceea că avem capacitatea de a ne controla comportamentul şi de a-l modifica, făcând alegeri în mod conştient. Ştiind ce anume ne determină să facem alegerile pe care le facem, devenim răspunzători pentru comportamentul nostru şi urmările lui. Posibilitatea de a alege înseamnă că nu mai există scuze pentru anumite comportamente, precum „Eram atât de beat încât nu-mi pot aminti ce s-a întâmplat" sau „Nu m-am putut controla" sau „Din pricina lui Darwin am făcut asta!" Creierul unei molii obişnuite a fost proiectat să-i îngăduie acesteia să se deplaseze la lumina lunii şi a stelelor, dar asemenea oamenilor, molia trăieşte acum într-o epocă în care nu sunt tolerate multe dintre comportamentele „din fabrică". În ziua de azi avem capcane luminoase pentru insecte, iar dacă molia se îndreaptă orbeşte spre sursa de lumină, s-a fript. Şi la fel va păţi şi orice om care refuză să înţeleagă originea

dorinţelor sale. Putem alege să ne ferim de lumină.

A presupune că bărbaţii şi femeile nu se deosebesc din punct de vedere psihologic contravine tuturor lucrurilor pe care le ştim despre strategiile de împerechere ale oamenilor şi reprezintă un concept care poate că o fi corect politic, dar care produce confuzie, nefericire şi dezastre relaţionale pentru bărbaţi şi femei de pretutindeni. Dacă excludem cazul în care bărbaţii ar ajunge fiinţe asexuate, aşa cum şi-ar dori unele militante feministe, aceştia vor căuta întotdeauna partenere folosind drept criterii de evaluare fundamentale tinereţea, sănătatea şi fertilitatea. Din punctul lor de vedere, femeile vor continua să caute bărbaţi care au un anumit statut, dispun de resurse şi de putere.

înţelegerea locului din care venim şi a modului în care am moştenit motivaţiile care ne animă ne îngăduie să controlăm prezentul şi să direcţionăm viitorul încotro dorim.

Unii oamenii vor continua să susţină că între femei şi bărbaţi nu mai există nicio diferenţă în ziua de azi şi că, de fapt, au aceleaşi preferinţe şi imbolduri. Asta e ca şi cum ai pretinde că vremea nu mai este când răcoroasă, când călduroasă, ci că temperatura a devenit mereu aceeaşi. Realitatea este că vremea tot vreme rămâne, indiferent de cât de mult ne place sau nu. A susţine că diferenţele sexuale dintre noi sunt acum minime e ca şi cum ai pretinde că bărbaţilor nu le mai creşte barbă, iar femeile nu ar mai avea sâni. Putem să ne acceptăm unii pe alţii numai atunci când vom înceta să mai negăm sau să avem anumite pretenţii cu privire la dorinţele noastre, când vom recunoaşte originile şi scopul din spatele impulsurilor pe care le avem şi vom dezvolta strategii pentru a vieţui cu aceste diferenţe. În acest fel, putem deveni făpturi mai puternice în mâna cărora se află posibilitatea de a alege, şi nu victime nefericite şi confuze ale evoluţiei speciei.

Potrivit Autorităţii Mondiale pentru Sănătate, 100 000 000 de acte sexuale se petrec în fiecare zi. Chiar în acest moment, potrivit rapoartelor privind

Discutaţi problemele într-un loc neutru, la un moment convenit. În acest fel, amândoi veţi fi atât relaxaţi, cât şi obiectivi.

Bărbaţii şi femeile sunt diferiţi. Nici mai buni, nici mai răi, doar diferiţi.

Cu toate acestea, fiecare dintre noi are posibilitatea de a face alegeri. Înţelegând diferenţele dintre noi, putem face alegeri în cunoştinţă de cauză pentru un viitor mai fericit.